

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Кафедра психологии образования

Коррекция страхов старших дошкольников

Выпускная квалификационная работа

направление 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

профиль – Психология образования

Квалификационная работа
допущена к защите
зав.кафедрой

____ Н.Н. Васягина
(подпись)

____ 2019 г.

Руководитель ОПОП:

____ Н.Н. Васягина
(подпись)

Исполнитель:

Мурзина Екатерина Андреевна,
студент очного отделения

____ (подпись)

Научный руководитель:

Адушкина Ксения Валерьевна,
к.п.н, доцент кафедры психологии
образования

____ (подпись преподавателя)

Екатеринбург 2019

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы исследования	
1.1. Страх, как понятие в психологии.....	7
1.2. Эмоционально-волевая сфера дошкольника.....	15
1.3. Особенности страхов детей старшего дошкольного возраста.....	30
1.4. Коррекция как направление психолого-педагогической деятельности...	37
Выводы по 1 главе.....	47
Глава 2. Проведение работы по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста	
2.1. Организация и методы исследования	50
2.2. Описание программы коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.....	56
2.3. Анализ полученных результатов.....	67
Выводы по 2 главе.....	75
Заключение.....	77
Список литературы.....	80
Приложение.....	85

Введение.

Изучение психологических особенностей страха в дошкольном возрасте и его специфических проявлений, приобретает все большее значение, так как современный мир обрушивает на ребёнка достаточное количество факторов, оказывающих негативное воздействие, способных не только затормозить развитие потенциальных возможностей личности, но и повернуть процесс ее развития в противоположную сторону. К таковым можно отнести СМИ, компьютерные игры, ошибки воспитания со стороны родителей, незнание ими психических и возрастных особенностей ребенка, наличие у самих родителей страхов, конфликтные отношения в семье и, соответственно, вытекающие из этого поведенческие, социальные и эмоциональные проблемы. Поэтому проблеме страха, который может быть вызван в частности, одним из таковых факторов, уделяется большое внимание в работах отечественных психологов (А.С. Спиваковской, А.М. Прихожан, М. Панфиловой и др.), отмечающих рост числа детей с различными страхами, повышенной возбудимостью и тревожностью.

Первым как в отечественной, так и в мировой науке выделил причины формирования и развития дневных и ночных страхов А.И. Захаров, он также представил данные статистики, демонстрирующие влияние факторов: семейной обусловленности, половой принадлежности на возникновение страхов, выявил взаимосвязь возрастной специфики и проявления определенных страхов [16].

По мнению таких авторов, как Л.И. Божович, А.А. Бодалёв, В.С. Мухина, Т.А. Репина, ребенок, являясь самым восприимчивой частью социума, подвержен разнообразным отрицательным воздействиям. В последние годы, как свидетельствуют специальные экспериментальные исследования И.В. Дубровиной, В.И. Гарбузова, А.И. Захарова, Е.Б. Ковалёвой, тревожность и страхи стали наиболее распространенными явлениями у детей.

Та или иная степень страхов дошкольников свое наличие

обуславливает спецификой возрастных особенностей и является временной. В связи с этим страхи ребенка, сохраняющиеся на протяжении длительного времени и тяжелой степени переживаемые ребёнком, могут быть свидетельством нервной неустойчивости дошкольника, неверном поведении родителей, наличии конфликтов внутри семейных отношений и в совокупности относятся к признаку неблагополучия.

Наличие страхов в детском возрасте нельзя оставлять без внимания, так как это может стать фактором нарушения развития личности в онтогенезе, к такому выводу пришли В.И. Гарбузов, В.В. Лебединский и др.

Вышесказанное аргументирует необходимость подхода к решению проблемы коррекции детских страхов комплексным образом, влияющим как на внешние стороны проявления страхов, но и на истоки их проявлений.

Коррекция эмоциональных нарушений, в частности, страхов, является эффективной и не оставляет последствий у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайную значимость имеет своевременное обращение к специалисту, который поможет принять меры по преодолению страхов у ребёнка.

В связи с этим, на данный момент задача нахождения и разработки путей выявления и преодоления страхов ребёнка, приносящих максимальный эффект, относится к наиболее приоритетным для отраслей психологии и педагогики.

Исследование детских страхов, как в отечественной, так и в зарубежной научной литературе обусловлено пониманием важности того, насколько сильно эмоциональные нарушения у детей влияют на формирование личности ребенка, а также на нормальное протекание его психических процессов. Так, в исследованиях, посвященных психологии эмоций, такими учеными, как Вологодиной Н. Г., Долговой В. И., Овчаровой Р. В., Журбенко С. С., Ежковой Н., Захаровым А. И. подчеркивается многогранность, многовариативность, многофункциональность эмоциональной сферы, ее значимость для полноценного нравственного развития личности.

В значительном числе научно-исследовательских работ страх рассматривается как причина многих нарушений в психофизиологической сфере, как составная часть неврозов, депрессий. Следовательно, проявление страха влечет нарушения в физиологии и нервной деятельности организма человека.

Отклоняющиеся формы поведения детей зачастую обуславливаются присутствием страха или иных негативных тенденций взаимодействия (тревожность, агрессия), поэтому значимость данного аспекта развития в процессе формирования личности дошкольника и его индивидуальности имеет место быть.

Методологической основой нашей работы являются труды А.С. Спиваковской, Р.В. Овчаровой, А.М. Прихожан, в которых дано развернутое определение страха, описаны его виды, причины возникновения и специфика проявления, а также исследования А.И. Захарова, в которых выявлено соотношения возраста и количества страхов у дошкольников, описаны возрастные нормы. Захаров также пришел к выводу о том, какие группы страхов свойственны ребенку в каждом возрастном периоде и какие способы коррекции являются наиболее эффективными в борьбе с ними.

Цель исследования – коррекция страхов старших дошкольников.

Для достижения цели необходимо решить следующие **задачи**:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме страхов и методам их коррекции.
2. Осуществить деятельность по диагностике страхов детей старшего дошкольного возраста.
3. Разработать и осуществить план работы по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Объект исследования: страхи детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: методы коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования: своевременные методы коррекции способствуют снижению страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Для решения поставленных задач использовались обзорно-аналитические и теоретические **методы**, заключающиеся в изучении психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, эмпирические методы (тестирование), методы математической статистики, методы графического представления полученных данных.

Методики исследования: «Страхи в домиках» А. И. Захарова и М.А. Панфиловой и «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, содержит 2 приложения, библиографию из 62 наименований. Объем работы составляет 99 страниц.

Глава 1. Теоретические основы исследования.

1.1. Страх как психологический феномен.

В психологическом словаре Л.А. Карпенко понятие страха определяется как эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности [39].

Страх от иных негативных проявлений выделяет присутствие состояния ожидания опасного объекта, а не его непосредственное наличие. Так, человек не будет чувствовать боль при представлении удара, что не скажешь об эмоции страха. На степень проявления данной эмоции и своеобразие протекания оказывает влияние природа угрожающего фактора. Масштаб данного своеобразия достаточно широк и проявляется в таких специфичных проявлениях, как опасение, боязнь, испуг, ужас.

Имеет место говорить об инстинкте самосохранения, рассматривая феномен страха, ведь включая в себя свойство сигнализации о возможной угрозе, данная эмоция обеспечивает активное противостояние опасностям. В ситуациях панического состояния, страх способен формировать стереотипы поведения, такие как бегство, оцепенение, защитная реакция. Беря во внимание функцию воспитания, следует отметить, что одним из способов её реализации является страх: в частности, сформированный страх негативной оценки окружающих, особенно значимых людей, является фактором регуляции поведения.

К качествам проявления страха можно отнести устойчивость и нерегулируемость, в том числе и в ситуациях осознания его нецелесообразности. В связи с этой первостепенной задачей в коррекционной деятельности должно стать формирование и развитие навыков

саморегуляции и самоконтроля, нежели установки на его ликвидацию.

В.В. Зеньковский считает страх одной из основных форм реакции: меняются предметы страха, выражение, влияние на внутренний мир личности, на ее поведение, но страх как известная форма оценки, как тип отношения к миру и людям остается всегда [21].

С.С. Степанов отмечает, что страхи - это эмоционально насыщенные ощущения беспокойства, возникающие в ответ на реальную или воображаемую угрозу, ситуацию явной опасности для жизни [58].

А.И. Захаров рассматривает страх, как аффективное отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия [16].

Е.П. Ильин определяет как эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую реакцию человека, при переживании реальной или мнимой опасности для здоровья [26]

А.С. Спиваковская говорит о том, что страх является специфическим острым эмоциональным состоянием, особой чувственной реакцией, проявляющейся в опасной ситуации [57].

Рассмотрим определения понятия "страх" с точки зрения физиологического подхода. Вошедший в историю физиолог И.П. Павлов (1949) связывал страх с проявлением деятельности рефлексов, которые несут оборонительную функцию, обусловленную процессами в коре больших полушарий. Павлов говорил об инстинкте самосохранения как фундаментальном основании появления страха, который, соответственно, обладает функцией защиты. К физиологическим проявлениям страха он относил частоту дыхания и пульса, признаки артериального давления, секреция желудочного сока. Также ученый выделял период детства, не обогащенный большим жизненным опытом как этап яркого проявления оборонительной реакции в связи с недостаточной ее заторможенностью [52]. Теплов Б.М. (1985) относит страх к числу астенических эмоций, понижающих жизнедеятельность человека.

Детский невролог Г.Г. Шанько (1993) отмечает, что страх - это

разновидность низших эмоций защитно-приспособительного характера, часто встречающаяся у детей.

По данным В.В. Ковалева (1995), ситуация патологического состояния личности как в физиологическом, так и психологическом аспектах, еще в большей степени обуславливает появление готовности детей к появлению эмоции страха [32].

По мнению А.С. Ситниковой, эмоциональным фоном любого страха является инстинкт самосохранения, в большей части случаев возникает как защитный механизм и определяется в психофизическом изменении высшей нервной деятельности, заключающийся в увеличении частоты пульса и ускорения дыхания, значении артериального давления, а также выделения желудочного сока [56].

Другие авторы, представители психоаналитического подхода З. Фрейд, А. Фрейд, Э. Фромм и др. определяют страх, как аффект, который возникает в субъективной ситуации. Но все эти исследователи были едины во мнении того, что страх является движущей силой личностного развития [58].

Австрийский психолог и психиатр Альфред Адлер считал, что страх есть результат подавления агрессивного влечения, которое оказывает на развитие человека большее влияние [58].

Эрик Эриксон толковал страх как состояние опасения, концентрация которого сосредоточена на различного рода факторах опасности, которые возможно определить, поддающиеся адекватной оценке и уверенному противостоянию с ними.

Раншбург Й. (1983) называет страх эмоциональным состоянием, возникновение которого происходит посредством ожидания негативного исхода события, т.е. в связи с отсутствием убеждения в успешное преодоление факторов угрозы.

Согласно бихевиористическому подходу, основоположником которого является американский психолог Джон Уотсон, существует несколько стимулов, активизирующих страх. Это удары и толчки в момент засыпания,

внезапная потеря опоры и внезапные громкие звуки. Все остальные стимулы, вызывающие страх, по его мнению, можно считать комбинацией вышеназванных.

К. Изард относит страх к «сильной эмоции», являющейся олицетворением предчувствия угрозы, состояния беспокойства. Испытывая сомнение в собственной успешности, безопасности, личность находится в состоянии переживания страха в связи с осознанием незащищенности, неуверенности в своих силах и невозможности регулировать ход событий [25].

Г. Крайг рассматривает страх, как ту эмоцию, которую человек пытается избежать или свести к минимуму, но в то же время страх, проявляясь в мягкой форме, способен побуждать к научению [38].

Представитель биогенетического направления С. Холл распространял биогенетический закон и на онтогенез страха. Он утверждал, что ребенок переживает в процессе своего развития страхи, которые испытали животные, а затем люди на разных этапах антропогенеза [41]

Американский философ и психолог Уильям Джеймс считал, что страх – это одна из трех самых сильных эмоций (две другие – гнев и радость) и является базовым инстинктом.

В психологии и педагогике существуют различные классификации страха. Ю.А. Неймер, определяя понятие страха как «эмоциональное состояние, возникающее в ответ на угрозу биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной и воображаемой опасности», выделяет 3 основных вида страха: реальный, невротический и страх свободный. Реальный страх - рациональное выражение инстинкта самосохранения как нормальная реакция на восприятие внешней опасности. Страх невротический - разнообразные формы "бесцельного страха", возникающий, в частности, из-за нарушения функционирования психических процессов. Страх свободный - общая неопределённая боязливость, готовая на время привязаться к любой

появившейся возможности и выражающаяся в состоянии "боязливого ожидания", страх беспредметный, не связанный с каким-либо объектом, вызывающим этот страх [39, с.102].

Овчарова Р.В. классифицирует следующие виды страха:

1. Возрастные страхи наблюдаются у детей как проявление специфики их психического и личностного развития. Семейная атмосфера, наполненная беспокойством и тревогой, частые конфликты, наличие страхов у значимых взрослых, непосредственного близкого окружения, гиперболизированное восприятие объектов окружающей среды как потенциальных источников опасности, чрезмерная изоляция ребенка от эпицентра общения, взаимодействия со сверстниками приводят к последствиям в виде имеющихся страхов ребенка. Помимо гиперопеки ребенка причиной может являться и гипоопека, проявляющаяся в абсолютной свободе ребёнка, частых невыполнениях обещанных наказаний и угроз взрослыми и др.
2. Невротические страхи характеризуются большой эмоциональной интенсивностью и напряжённостью, длительностью протекания или постоянством, негативным влиянием на формирование характера и личности, наличием связей и взаимоотношений с другими невротическими расстройствами и переживаниями, избеганием объекта страха. Последствием имеющихся продолжительных переживаний, оставляя отпечаток на психике индивида, также могут стать невротические страхи. Обратить внимание следует на детей, обладающих повышенной восприимчивостью к окружающей среде, что обусловлено нарушением семейного климата, проявляющимся в эмоциональной отдаленности, конфликтных отношениях. Отсутствие значимых взрослых, выступающих источником безопасности, заботы, понимания, поддержки, положительного авторитета, безусловно, следует отнести к одной из главенствующих причин. При попадании в образовательную среду выражение данные проявления могут найти в проблемах социализации, замкнутости, боязни как педагогов, так и сверстников, боязни не реализовать ожидания окружающих [49].

- А. Кемпински выделяет три вида страха:
- биологический страх связан с угрозой собственной жизни;
 - социальный страх связан с нарушениями контактов в социальной сфере;
 - моральный страх возникает, когда индивид не принимает поведения и нормы предлагаемые окружающими [29].

Т.В. Абакумова предлагает несколько критериев для классификации страхов:

- Объективные источники возникновения страха (биологические, техногенные, планетарные и космические страхи);
- Отсутствие представлений о полноте и целостности окружающей действительности (социальные и детские страхи);
- Онтологические (религиозный, экзистенциальный, страх смерти);
- Гносеологические (страхи от избытка информации) [34].

Наиболее полной, считается классификация страхов А.И. Захарова. Он разграничивает страхи по следующим признакам:
По характеру:

- Природные страхи. Основаны на инстинкте самосохранения. Включают страхи: своей смерти, смерти родителей, чудовищ, призраков, животных, темноты, движущегося транспорта, стихии, высоты, глубины, воды, замкнутого пространства, огня, пожара, крови, уколов, боли, врачей, неожиданных звуков.
- Социальные страхи. Включают страхи: одиночества, каких-то людей, наказания, не успеть, опоздать, не справиться, не совладать с чувствами, быть не собой, осуждения со стороны сверстников.
- Ситуативные страхи. Могут возникать в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого человека или ребенка обстановке. Часто он появляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, тяжелых испытаний, конфликтов и жизненных неудач.

– Личностные страхи. Личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например, его тревожной мнительностью и способен появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми. Реальный и острый страхи предопределены ситуацией, а воображаемый и хронический – особенностями личности.

По степени реальности:

- Реальные страхи;
- Воображаемые страхи.

По степени интенсивности:

- Острые страхи;
- Хронические страхи [16].

Проблема наличия устойчивых страхов связана, прежде всего, с процессами регуляции, что является необходимым в управлении своими чувствами в ситуациях, требующих высокой концентрации. Недостаточно развитые навыки саморегуляции вызывает снижение энергии и жизненного тонуса в целом, провоцируя отстраненность, апатию, инертность и мрачное мировосприятие. Тем самым страх, как мина замедленного действия, подрывает уверенность в себе, решительность в действиях и поступках, настойчивость и упорство в достижении цели. Без веры в свои силы человек уже не может эффективно бороться, отстаивать свои права, у него развивается пораженческая психология, он заранее настраивает себя на неудачу и часто терпит поражение, все больше и больше в своей неработоспособности и никчемности. В этих условиях возрастает потребность в успокаивающих средствах, в том числе заглушающих остроту переживаний. Но самое главное - взрослый человек, который в свое время не избавился от страхов, став мужем или женой, отцом или матерью, испытывает трудности в установлении нормальных семейных отношений и, скорее всего, передаст свои волнения, тревоги, страхи ребенку. Если, например, мать боится пожара, уколов, ездить в лифте, она старается

предостеречь и ребенка, а на самом деле - передает ему испытанные в своем детстве страхи. Страх уродует мышление, которое становится "...все более быстрым, хаотичным в состоянии тревоги или вялым, заторможенным при страхе..." [16, с.7].

Мышление теряет гибкость, становится скованным бесконечными опасениями, предчувствиями и сомнениями. Второстепенные детали заслоняют главное, а само восприятие лишается целостности и непосредственности. Из-за нарастающей эмоциональной напряженности и боязни показаться смешным, сделать не то и не так, как требуется, уменьшаются познавательная активность, любознательность, любопытство. Все новое, неизвестное воспринимается с известной долей настороженности и недоверия, а поведение приобретает пассивный и излишне осторожный характер. В некоторых случаях люди настолько устают от страхов, что оказываются от любых проявлений инициативы и внешне производят впечатление равнодушных и безразличных людей. Фактически же это говорит о развитии защитного торможения, предохраняющего психику от дальнейших эмоциональных перегрузок. Состояние эмоциональной заторможенности - это жизнь в сумерках, в комнате с плотно задернутыми шторами, когда нет притока свежих сил, бодрости и оптимизма. Жить в страхе - это все равно, что постоянно оглядываться назад, исходя из своего травмирующего прошлого, и не видеть будущего, его жизнеутверждающего начала. При длительно действующем страхе, искажающем эмоционально-волевою сферу и мышление, отношение окружающих воспринимается все более неадекватным образом. Кажется, что они не так относятся, как раньше, не понимают, осуждают. Это говорит уже не только о тревожности, но и о мнительности. Психические изменения под влиянием страха приводит к развитию трудно переносимой социально-психической изоляции, из которой нет легкого выхода, несмотря на желание быть вместе со всеми и жить полноценной, творчески активной и насыщенной жизнью.

В психологии также часто, как термин "страх", встречается термин

"тревога". Страх и тревога - два понятия, объединяемые одними и разделяемыми другими авторами. По мнению А.И. Захарова "... и в страхе, и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, то есть в обоих понятиях отображено восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности"[16, с. 3].

Наиболее часто тревога проявляется в ожидании какого-то события, которое трудно прогнозировать и которое может угрожать неприятными последствиями. Тревога в большей мере присуща людям с разным чувством собственного достоинства, ответственности, долга, сверхчувствительным к своему положению и признанию окружающих. В связи с этим тревога выступает и как обеспокоенное чувство ответственности за благополучие и жизнь в целом, как свою, так и близких людей. Следовательно, если страх – аффективное, т.е. эмоционально обостренное отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека, то тревога - это эмоционально заостренное ощущение предстоящей угрозы. Тревога, в отличие от страха, - не всегда отрицательно воспринимаемое чувство, она может проявиться и в виде радостного волнения, волнующего ожидания. Чувство беспокойства в зависимости от психической структуры личности ребенка, его жизненного опыта, взаимоотношений с родителями и сверстниками может приобретать значение, как тревоги, так и страха. Человек, находящийся в состоянии безотчетного, неопределенного беспокойства, ощущает тревогу, а человек, боящийся определенных объектов или мыслей, испытывает страх.

В свою очередь, страх можно рассматривать как выражение тревоги в конкретной форме, если тревога принимает затяжное течение.

Страх и тревога как относительно эпизодические реакции имеют свои аналоги в форме более устойчивых психических состояний: страх - в виде боязни, тревога - в виде тревожности. Общей основой всех этих реакций и состояний является чувство беспокойства. Если страх и отчасти тревога - скорее, ситуационно обусловленные психические феномены, то боязнь и

тревожности, наоборот, личностно мотивированы и, соответственно, более устойчивы.

1.2. Эмоционально-волевая сфера дошкольника.

Дошкольный возраст, как считает А.Н. Леонтьев, является периодом фундаментального становления личности. На протяжении данного этапа формируются основные качества и новообразования личности дошкольника, влияющие на дальнейшее развитие [43].

Согласно психологическому словарю, эмоционально-волевая сфера – это свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств. Содержательные аспекты эмоциональности отражают явления и ситуации, имеющие особую значимость для субъекта. Они неразрывно связаны со стержневыми особенностями личности, ее нравственным потенциалом, направленностью мотивационной сферы, мировоззрением, ценностными ориентациями, сознательным волевым управлением [53].

С точки зрения С. Л. Рубинштейн, эмоции - психический процесс импульсивной регуляции поведения, основанный на чувственном отражении значимости внешних воздействий. Неожиданно оказавшись вблизи пропасти, мы испытываем эмоцию страха. Под влиянием этого опасения мы отходим в безопасную зону. Сама по себе эта ситуация еще не причинила нам вреда, но через наше чувство она отразилась как угрожающая нашему самосохранению. Сигнализируя о непосредственном положительном или отрицательном значении различных явлений, эмоции рефлекторно регулируют наше поведение, побуждают или тормозят наши действия [55].

В.И. Селиванов определяет волю как сознательное регулирование человеком своего поведения, выраженное в умении видеть и преодолевать внутренние и внешние препятствия на пути целенаправленных поступков и действий. В те моменты деятельности, когда субъект сталкивается с необходимостью «преодолеть» себя, его сознание на время как бы

отрывается от объекта, предмета деятельности или партнера и переключается в плоскость субъектных отношений [48].

Развитие эмоционально-волевой сферы является значимым компонентом развития личности в целом, предпосылкой эффективного усвоения знаний, а также определяет результат познавательного процесса в целом, влияет на успешное саморазвитие личности.

Вопросы по проблеме изучения особенностей эмоционального развития дошкольника можно найти в работах таких отечественных психологов, как Л.И. Божович, Г.В. Бурменская, Л.С. Выготский, А.Д. Кошелева, И.Ю. Кулагина, Я.Л. Коломинский и Е.А. Панько, Л.Н. Леонтьев, В.В. Лебединский, В.Л. Леви, М.И. Лисина, В.С. Мухина, Л.Ф. Обухова, Р.В. Овчарова, А.М. Прихожан, Г.А. Урунтаева, О.В. Хухлаева, Д.Б. Эльконин. Эмоциональное развитие старших дошкольников связано, прежде всего, с проявлением новых интересов, мотивов и потребностей, самосознания. Включение речи в эмоциональные реакции обеспечивает их интеллектуализацию, они становятся более осознанными, обобщенными. Ребенок в возрасте 5-7 лет начинает управлять выражением своих эмоций, осваивает социальные формы выражения чувств. Для старшего дошкольного возраста становится характерным более адекватное проявление эмоций, отсутствие сильных аффективных вспышек и конфликтов по незначительным поводам. Изменяется и роль эмоций в деятельности ребенка, формируются опережающие эмоциональные переживания, предвосхищающие последствия выполняемых действий, и индивидуальные особенности реагирования в психотравмирующих ситуациях. У старших дошкольников появляется оценка своих поступков, дети начинают осмысленно ориентироваться в собственных переживаниях, то есть понимать и, следовательно, осознавать, что означают фразы "Я радуюсь", "Я злюсь", "Я испуган", "Я огорчен".

В психологической литературе старший дошкольный возраст называется периодом наибольшей выраженности страхов, что связано не

столько с эмоциональным, сколько - с когнитивным развитием дошкольников. В этот период резко возрастает понимание детьми опасности. Так, в работе В.М. Минаевой (2000) было отмечено важное эмоциональное новообразование 7-ми лет - способность детей обобщать негативные и позитивные эмоциональные переживания.

А.В. Запорожец, Я.З. Неверович утверждали, что при переходе ребенка к дошкольному возрасту происходят изменения эмоциональных процессов, осуществляющих регуляцию его деятельности: «Во - первых, происходят изменение содержания аффектов (эмоций) выражающееся в первую очередь в возникновении особых форм сопереживания, сочувствия другим людям, ради которых производятся действия. Во - вторых, по мере усложнения деятельности меняется место эмоций во временной структуре деятельности, и они начинают предвосхищать ход выполнения решаемой задачи» [15, с. 67].

В дошкольном возрасте (3-7 лет) проявляются следующие особенности формирования эмоциональной сферы:

- более спокойный, уравновешенный эмоциональный фон восприятия;
- эмоциональность обусловлена развивающимися представлениями: желание — представление — действие — эмоция;
- эмоциональные процессы более управляемые;
- развивается эмоциональное предвосхищение (будущий результат, его оценка взрослым). При отрицательном результате действий возникает неодобрительная оценка взрослого, что может повлечь за собой развитие тревожности. При положительном результате действия ребенок получает положительную оценку взрослого, что вызывает позитивный эмоциональный стимул для дальнейшего поведения;
- аффект — первое звено в цепочке, реакций;

- происходит переход от желаний (мотивов), направленных на предметы, к желаниям, связанным с представлением о предметах, их свойствами и получением конечного результата;
- самооценка несколько завышена, что помогает осваивать новые виды деятельности без сомнения и страха, но к моменту обучения в школе уровень самооценки снижается;
- соподчинение мотивов (мотивы приобретают разную силу и значимость), появление новых мотивов (мотив достижения успеха, соревнование), складывается индивидуальная мотивационная система (выделяются доминирующие мотивы, формируется иерархия, выделяются социальные мотивы: достижение успеха, интерес к достижению деятельности);
- появляется способность оценивать свое поведение [37].

В ходе онтогенеза изменяется структура эмоциональных процессов за счет становления эмоций интеллектуализируемыми и приобретения познавательных процессов аффективного характера, обогащения их чувством.

Большое значение в развитии эмоциональной сферы играет формирование внимания к другим людям, являющегося необходимым фактором возникновения сопереживания. Чувство сопереживания сверстнику в большей степени зависит от ситуации и настроения дошкольника. В условиях сильного соперничества эмоции преобладают над дошкольником, резко возрастает количество негативных экспрессий в адрес оппонента. Наиболее яркие положительные же эмоции ребёнок испытывает в ситуации сравнения себя с положительным героем, активно ему сопереживая. Симпатия и сочувствие обуславливают стремление ребёнка к совершению первых нравственных поступков.

Л.С. Выготский говорил о том, что в мире сформировался узкий взгляд на личность человека, приравниваемый одарённость и талантливость ребёнка только к интеллектуальным способностям, что, по его мнению, является

ошибочным, поскольку можно проявить талант не только с помощью мысли, но и с помощью чувств [10]. Изменения в познавательной сфере на протяжении дошкольного периода следует связывать с глубокими изменениями в эмоционально-волевой сфере личности ребёнка.

К подобному выводу пришел и А. В. Запорожец, утверждая, что только согласованное функционирование этих двух систем — эмоциональной сферы и интеллекта, их взаимосвязь могут обусловить успешное выполнение всех видов деятельности. Умственное развитие ребенка тесным образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний [15].

Воздействие страха оказывает негативное воздействие, в первую очередь, на эмоциональную сферу. Это отражается на всех чувствах отрицательной окраской и становится тормозящим фактором для развития позитивных эмоций. Эмоциональную сферу, охваченного страхом ребенка, характеризует эмоциональная вялость, эмоциональное перенапряжение, общая эмоциональная заторможенность и раздражительная слабость, импульсивные действия и тревожно-пессимистическая оценка будущего (А.И. Захаров). В исследованиях Г.М. Бреслав, В.И. Гарбузова, В.Е. Каган, Е.В. Кучеровой, В.В. Лебединского, А.С. Спиваковской, М.Л. Якубовской дети с большим количеством страхов относятся к группам риска по неврозам, аддиктивному поведению и эмоциональным нарушениям личности.

По утверждению В.М. Астапова и А.И. Захарова, страх снижает уверенность ребенка в себе, решительность в действиях и поступках, настойчивость и упорство в достижении цели, способствует развитию пораженческой позиции, которая заранее настраивает ребенка на неудачу.

В психологии страх относят к астеническим эмоциям, поэтому, по мнению А.О. Прохорова, под воздействием страха снижается волевая деятельность, человек оказывается не способным что-либо предпринять, ему трудно заставить себя преодолеть состояние страха. Согласно позиции В. Сатир, страх мешает человеку найти новые решения собственных жизненных

проблем и стимулирует усиленное развитие реакций самозащиты.

Страх преобразует поведение ребенка. Под воздействием постоянных тревожных переживаний дети становятся пассивными, осторожными, отказываются от инициативных действий, что свидетельствует о защитном торможении, предохраняющим психику от дальнейших эмоциональных перегрузок (К. Изард, А.О. Прохоров). По мнению Е.Б. Ковалевой, дошкольники, обладающие большим количеством страхов, испытывают трудности в социальной адаптации. Психические изменения, возникающие под влиянием страха, согласно А.И. Захарову, могут приводить к развитию труднопереносимой социально-психологической изоляции.

Р. Бамм и Р. Бараш подробно рассматривают эмоциональность детей. Человек не может быть безучастным к тому, что происходит вокруг него. Предметы, поступки, события, которыми наполнена жизнь, вызывают у него чувства, переживания, радуют, огорчают. В отличие от взрослых ребёнок выражает свои чувства бурно и непосредственно. По незначительному поводу он может смеяться и плакать, прыгать, хлопать в ладоши, кричать, топтать ногами и т.д. Это происходит не только потому, что у него слабо развит самоконтроль, но главным образом потому, что у него нет жизненного опыта. Всё для него ново, и даже простые вещи становятся открытием, вызывают горячий отклик [5].

Ребёнок взрослеет и у него накапливается опыт, и многое из того, что способно было раньше удивлять и волновать, становится обыденным, привычным. А наряду с этим появляются новые, более высокие и сложные чувства. Участвуя в жизни коллектива, он всё полнее осознаёт себя гражданином. Он гневно осуждает несправедливость, зло, горячо одобряет положительные поступки товарищей и окружающих.

Анализ психологической литературы позволяет выделить три группы нарушений в развитии эмоциональной сферы дошкольника:

- расстройства настроения;

- расстройства поведения;
- нарушения психомоторики.

К расстройствам поведения можно отнести гиперактивность и агрессивное поведение, что отмечается в работах Т.В. Аникеевой и А.М. Прихожан.

Как подчеркивает Т.И. Бабаева, условием социально-эмоционального развития ребенка выступает его «способность «прочитывать» эмоциональное состояние окружающих людей, сопереживать и, соответственно, активно на это откликаться» [9, с. 23].

Анализ эмоциональных нарушений у детей с точки зрения нарушения системы отношений, предложенный В.Н. Мясищевым и продолженный в работах его учеников, позволяет нам выделить три основные группы детей с эмоциональными нарушениями [48].

В первую группу входят дети, эмоциональные проблемы которых в основном проявляются в рамках межличностных отношений. Они отличаются повышенной возбудимостью, что выражается в бурных аффективных вспышках в процессе общения, особенно со сверстниками.

Негативные эмоциональные реакции у этих детей могут возникнуть по любому незначительному поводу.

Вторая группа детей отличается выраженными внутриличностными конфликтами. В их поведении прослеживается повышенная заторможенность, слабовыраженная общительность. Эти дети глубоко переживают обиду, большинство из них подвержено необоснованным страхам.

Третья группа детей характеризуется выраженными внутриличностными и межличностными конфликтами. В поведении детей этой группы преобладали агрессивность, импульсивность [48].

А. Роженко, психолог областного социально-реабилитационного центра с. Кулешовка Ростовской области, отмечает, что часто поступают дети с различными видами депривации (материнской, социальной, сенсорной),

что влечет за собой различные эмоциональные расстройства в структуре личности. Анализ диагностических данных, дефектов эмоционально-волевой сферы позволяет утверждать, что более 80% детей, проходящих реабилитацию в центре, нуждаются в коррекции эмоционально-волевой сферы личности. Обобщив данные исследования детей, пришли к выводу, что чаще всего имеем дело со следующими специфическими нарушениями эмоционально-волевой сферы личности: неуверенность в себе, снижение целеустремленности, нарушение социального взаимодействия, недостаточное развитие самостоятельности, неадекватность самооценки.

Нарушения подобного рода проявляются чаще всего в увеличении количества детских страхов, повышенной тревожности, эмоциональной напряженности, психическом утомлении, эмоциональном стрессе, неготовности преодолевать трудности, снижении потребности в достижении успеха, повышенной агрессивности, недоверии к окружающим, чрезмерной импульсивности, эмоциональной холодности, нарушении эмоциональных контактов с окружающими.

О.А. Огнева в статье «Особенности развития эмоционально - волевой сферы дошкольников» за 2015 год обращает внимание на то, что каждый из этапов имеет определённые особенности, характеризующиеся конкретной степенью психического реагирования личности на разнообразные факторы окружающей среды. Каждый период сопровождается проявлением эмоциональных, поведенческих особенностей, в соответствии с возрастом. Наличие данных особенностей свидетельствует о гармоничном развитии ребёнка в рамках нормы. Также Огнева замечает тот факт, что наиболее ярко особенности личности проявляются в кризисные периоды, а именно, в 3 и 7 лет. Также психолог говорит о том, что причинами того или иного поведения и наличия целесообразной деятельности ребёнка являются потребности, интересы и мотивы. И не что иное, как характеристики эмоциональной и волевой сфер влияют на достижение положительных результатов. Таким образом, О.А. Огнева приходит к выводу о том, что позитивные эмоции

повышают эффективность процесса обучения и воспитания ребенка, а волевое усилие напрямую влияет на формирование и совершенствование любой деятельности дошкольника, в частности, психического развития. Также психолог касается проблемы самосознания и самооценки, говоря о том, что данные явления можно отнести к одним из главных новообразований дошкольного возраста. Значимым является формирование осознания своих переживаний и чувств, которые ребёнок к концу дошкольного возраста способен выразить словами. Развитие самооценки происходит на основе объективного анализа поведения других людей, т.е. дошкольник приобретает способность оценивать свои поступки, нравственные качества посредством анализа поведения и деятельности окружающих. Также в статье отмечено, что самооценка дошкольника в большей степени совпадает с внешней оценкой, прежде всего, с оценкой родителей, родственников [50].

Закирова О. И. в статье «Теоретические проблемы развития эмоциональной сферы в дошкольном возрасте» за 2014 год, рассматривая проблемы изучения особенностей эмоциональной сферы дошкольника, затрагивает вопрос о значимости данного периода в жизни ребенка, во время которого, в частности, происходит развитие эмоций, которые способствуют верному отражению дошкольником окружающей действительности. Также Закирова утверждает, что состояние эмоционального благополучия и развитие положительных черт характера обеспечивается при условии наличия такого фактора, как семья, ведь не что иное, как нравственное воспитание, гармоничная среда и благоприятная семейная атмосфера влияют на развитие личности ребёнка. Помимо этого автор статьи говорит, основываясь на работах известных отечественных психологов, о влиянии возраста детей на их эмоциональное состояние: чем старше становится ребёнок, тем более он способен управлять и контролировать эмоциональные процессы. О.И. Закирова приходит к выводу о том, что развитие эмоционально-волевой сферы является необходимой задачей в процессе

воспитания ребёнка в связи с её значимостью в регуляции поведения, в формировании и развитии разнообразных мотивов деятельности [14].

Формирование эмоционально-волевой сферы протекает более эффективно в случае организованной взрослыми специальной деятельности, способствующей развитию способности ребёнка испытывать и осознавать определённые эмоции. Так, Ивасева О.В., старший преподаватель кафедры физической культуры и естественно-научных дисциплин ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный университет» и Косенко Г.В., магистрант кафедры физической культуры и естественно-научных дисциплин в статье «Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры» за 2015 год говорят о значимости физического воспитания и его влиянии на становление личности ребёнка, в частности, об участии в формировании как эмоциональной, так и волевой составляющих развития. Двигательная активность обуславливает увеличение работоспособности человека, снимает напряжение и является условием формирования основных процессов организма, развивая комплексно психические, физические, познавательные, нравственные компоненты личности.

Также в статье обращается внимание на необходимость учёта возрастных особенностей детей при подборе способов, приёмов, средств физического воспитания. Помимо этого требования предъявляются и к обеспечению условий, способствующих комфортной деятельности ребёнка и дающих положительные результаты. Для этого следует, основываясь на индивидуальном подходе, учитывать состояние здоровья ребёнка, уровень физической подготовки, психические особенности. Помимо этого важную роль в занятиях физической культурой играет создание благоприятной атмосферы и поддержание позитивного эмоционального состояния на протяжении всего занятия.

Авторы статьи обращают внимание на то, что волевой компонент развивается в процессе физической деятельности за счёт вызванного

соревновательного аспекта с целью получения лучшего результата. Поэтому физическая деятельность детей сопровождается эмоциональными переживаниями и обеспечивает овладение волевыми качествами характера и определенными навыками, имеющими большое значение в дальнейшей жизни ребёнка.

Таким образом, Ивасева О. В. и Косенко Г. В. пришли к выводу о необходимости присутствия физической активности для гармоничного развития личности ребенка в связи с тем, что посредством физкультурных занятий у дошкольников развивается самостоятельность, формируется вовлеченность в практическую деятельность, а также в случае грамотно организованного процесса появляется удовлетворенность достигнутыми результатами и, как следствие, позитивный эмоциональный настрой [24].

Помимо физической активности большое влияние на развитие эмоциональной сферы может оказывать также игровая деятельность, о чём говорит Иванова Е. С. в статье «Роль игровых технологий в профилактике негативных эмоциональных состояний дошкольников» за 2014 год. Автор акцентирует внимание на значимости данной проблемы, поскольку страх, агрессивность, тревожность являются характерными состояниями детей дошкольного возраста и говорит о необходимости избавления от данных проявлений в связи с тем, что длительное переживание негативных ведёт к задержке мыслительных процессов, эмоциональной напряженности, нарушениям в эмоционально-волевой сфере в целом, необъективной оценке окружающего мира. Иванова утверждает, что правильно организованная игровая деятельность является одним из наиболее эффективных способов профилактики таких состояний, как страх, агрессия, тревожность. Психолог знакомит с такими возможными развивающими игровыми технологиями, как сказкотерапия, музыкотерапия, психогимнастика, развивающие такие способности и качества, как уверенность в себе, анализ допущенных ошибок, умение чувствовать свою приобретенную социальную роль, ощущать некие образы, верить в них и отстаивать.

Также в статье отмечено, что для наиболее высоких результатов следует организовывать деятельность ребёнка, учитывая также возрастные особенности и владеть имеющими приёмами, способствующими развитию эмоциональной, личностной и коммуникативной сфер ребёнка [23].

Еще одним фактором, влияющим на формирование эмоционально-волевой сферы, может являться развитие трудолюбия. Швец Л.Ю. в статье «Внедрение модели формирования трудолюбия у детей младшего дошкольного возраста» за 2015 год на основе проведённого исследования и внедрения программы по развитию трудолюбия в детском образовательном учреждении пришла к выводу о том, что вовлеченность детей в трудовую деятельность воспитывает волевые качества ребёнка, в частности, способность подчиняться предъявляемым требованиям, устанавливать приоритеты в пользу общих интересов, произвольность и целенаправленность действий. Также результаты исследования показали, что трудовая деятельность влияет на становление всех психических процессов и, прежде всего, на формирование эмоционально-положительного состояния ребёнка и позитивного восприятия окружающего мира. Итоги внедрения данной программы заключаются в эффективном развитии многих процессов, способностей, качеств личности, в том числе, эмоционально-волевой сферы: сформированной мотивации к труду, чувства удовлетворенности и восторга результатом, способности преодолевать препятствия, сознательности при выполнении трудовой деятельности [61].

Создание эмоционально – благоприятной атмосферы и комфортных условий воздействует практически на все компоненты психического развития, в частности, на регуляцию поведения, познавательные способности, коммуникативные навыки, приобретение социального опыта. К этому выводу приходит М.А. Кобзарь в своей работе «Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста» за 2016 год, говоря о том, что эмоции способствуют восприятию действительности и помогают

реагировать на неё. Чувства ребёнка преобладают над всеми сферами жизни, делая их ярче и выразительнее.

Эмоции преодолевают определенные ступени развития, приобретая всё более богатое содержание и всё более сложные формы проявления в связи с влиянием условий среды и воспитания. Исходя из этого, можно сделать вывод, что такие факторы, как окружение ребёнка, организация деятельности, обучения и развития, а также степень воспитания способствуют формированию эмоционально-волевой сферы дошкольника [31].

Рассматривая факторы, оказывающие влияние на содержание и способы выражения эмоциональных состояний дошкольников, ряд исследователей, в частности, М.И. Лисина, подчеркивают особую роль взрослых, семьи в развитии эмоционально - волевой сферы ребёнка. М.И. Лисина предполагает, что задержка психического развития наблюдается в случаях проблемного либо недостаточного личного эмоционально-окрашенного общения со взрослыми [20]. Поэтому исследование детско - родительских отношений и влияние этих отношений на психическое развитие ребенка является значимым вопросом изучения.

Первым традиционную концепцию эмоций поколебал известный американский психолог Уильям Джемс. В 1884 году он изложил, а в 1894 году развил далее тезис о том, что непосредственно за восприятием возбуждающего факта следует телесное изменение, а наше переживание этих изменений и есть эмоции. Подобную точку зрения разделял и датский исследователь К. Ланге: по его мнению, эмоции возникают в результате моторных изменений, вызываемых некоторыми раздражителями. Хотя позиции Джемса и Ланге не совсем идентичны, вследствие совпадения во времени их теорий (К. Ланге опубликовал свою работу в 1885 году), их стали рассматривать как единую теорию, известную ныне, как “теория Джемса-Ланге” [44].

Противоположной позиции придерживался основоположник

бихевиоризма Джон Уотсон. По его мнению, эмоции представляют собой специфический вид реакций, проявляющихся в трёх основных формах: страха, ярости, любви. Согласно данной точке зрения, страх является фундаментальной эмоцией человека.

Центральная теория эмоциональных переживаний, которая получила название "таламической теории Коннона и Барда", была выдвинута в противовес идеи отождествления эмоций с вегетативными изменениями. Согласно этой теории эмоции отождествляются с физиологическими процессами, происходящими в центральной нервной системе.

Известный немецкий психолог Циген показал, что чувство является свойством ощущения. По его мнению, ощущение имеет три характерных свойства: качество, интенсивность и чувственный тон. Чувственный тон, это и есть не что иное, как чувство удовольствия или неудовольствия, сопровождающее в различной степени наши ощущения.

Дж. Макфи, американский исследователь детского творчества в 60-х г. 20 века отмечал, что искусство дает ребенку прямые средства конструктивного выражения эмоций, оно помогает развивать визуальную восприимчивость ребенка, учит его видеть более детально, глубже осознавать форму и пространство, лучше ориентироваться в окружающем мире. Графическая экспрессия предоставляет личности своеобразный, отличный от словесно-логического, канал передачи накопленной информации. Сходные идеи выражены в работах А.В. Бакушинского (1925), Е.С. Кондахчана (1951), Н.П. Сакулиной (1965), Г.В. Лабунской (1965), Е.И. Игнатьева (1961) и др. [13].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что эмоция является особым переживанием, субъектом отдельных отражаемых объектов, явлений, а также предметов, придающим им целевую характеристику и побуждающим субъекта к решению задач о способах достижения предмета потребности. Из этого следует, что эмоция направлена на ориентировочно-исследовательскую деятельность в окружающей среде.

По мнению М.В. Ермолаевой только предметно-ведущие эмоции, сформировавшиеся у ребенка, смогут вызвать определенно направленную деятельность. Эмоции являются одной из высших функций, они возникают и формируются под влиянием окружающей и социальной среды. Они играют большую роль в онтогенезе человека, сопровождая каждую его деятельность. Оказывают влияние на формирование и воспитание личности.

Рассмотрев понятие эмоционально-волевой сферы и её компонентов, а также особенности развития эмоционально-волевой сферы в период дошкольного детства в концепциях отечественных и зарубежных психологов, мы нашли подтверждение необходимости формирования и развития данных психологических процессов для успешного взаимодействия ребёнка с окружающей действительностью.

Также можно выделить основные факторы, оказывающие влияние на эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста. В частности, к таковым относится детско-родительские отношения, депривация, наличие игровой, физической активности, творческих видов деятельности и т.д.

Выделены основные группы нарушений эмоциональной сферы, их причины и возможные последствия.

Рассмотрены направления по профилактике эмоциональных нарушений: усложнение эмоциональных проявлений и их регулирования в деятельности и поведении; формирование моральных и социальных эмоций, развитие чувства сопереживания, поддержание благоприятной и гармоничной атмосферы в семье.

Способность детей к различению эмоциональных состояний человека в дошкольном возрасте, являющимся фундаментом в развитии личности, совершенствуется, претерпевает значительные изменения. Условием развития этой способности являются общение ребенка со взрослыми и сверстниками, совместная деятельность с другими, овладение речью, индивидуальный эмоциональный опыт межличностного взаимодействия, особенности эмоционального развития детей и эмоциональной экспрессии

окружающих взрослых.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что осуществление внимания проблеме развития эмоционально-волевой сферы дошкольника и страха, как компонента данной сферы, является одной из главных задач воспитания.

1.3. Особенности страхов детей старшего дошкольного возраста.

В старшем дошкольном возрасте, указывает А.И. Захаров, количество страхов у детей возрастает, особенно у девочек. Так, "средний индекс страхов" по данным автора составляет: у мальчиков в 5 лет - 8 страхов, в 6-7 лет - 9 страхов, а у девочек в 5 лет - 11 страхов, в 6-7 лет - 11-12 страхов. По мнению О.В. Талипиной (2002), наибольшая чувствительность к страхам проявляется у детей к 7 годам, не обучающимся в школе. В исследовании Ю.М. Миланич (1998) возраст 6-7 лет назван кризисным периодом развития детей, характеризующимся наибольшей чувствительностью психики.

Как показывают исследования Н.Я. Семаго и М.М. Семаго (1992), дети 6-7 лет особенно сильно подвержены воздействию вымышленных образов и вызываемых ими эмоций. Этот период авторы называют даже *"возрастом сказок или возрастом фантазий"* [33, с. 4], в котором неразрывно связаны *образное мышление*, телесные ощущения, эмоциональные переживания и реакции. Представления ярких образов сказочных и мультипликационных персонажей, фантастических киногероев вызывают у детей в старшем дошкольном возрасте интенсивные переживания страха, нарушения сна и другие негативные явления. Семаго М.М. отмечает, что тревожные фантазии могут проявляться у дошкольников настолько сильно, что начинают доминировать даже в состоянии бодрствования, что приводит к восприятию самых безобидных предметов как опасных (например, ножницы Фредди Крюгера, метла Бабы Яги, плащ Дракулы).

Страх смерти же, начиная свое проявление с 5 лет, отражается через фантастические или сказочные страхи. По утверждению А.И. Захарова,

начиная со старшего дошкольного возраста, дети склонны проявлять страх смерти, но лишь "косвенно, в своем воображении, максимально связывая его со страхами нападения животных и сказочных персонажей" [16, с. 36]. В боязни дракона, извергающего огонь, может находить отражение страх войны, пожара, стихии, итогом которых является гибель людей. Злостный разбойник или пират могут являться обликом вора и убийцы, причиняющего зло и насилие. Баба Яга и привидения, которые уносят детей в мистический мир, являются олицетворением для дошкольников отделения от родителей, такого же необратимого, как и смерть.

Страхи в дошкольном возрасте первое проявление инстинкта самосохранения. Те дети, которые боятся, более осторожны и осмотрительны. Полное отсутствие страха признак пониженной эмоциональности, недостатка чувствительности, ослабление инстинкта самосохранения. Причинами страхов могут быть события, условия или ситуации, являющиеся началом опасности.

Большинство ученых считает, что в дошкольном и младшем школьном возрасте одна из основных причин детских страхов кроется в нарушении детско-родительских отношений [11].

Психологи и психиатры Л.А. Петровская, Т.М. Мишина, А.С. Спиваковская подчеркивали, что одной из самых распространенных причин появления детских страхов является неправильное воспитание ребенка в семье, сложные семейные отношения [57]. Так, представители различных теоретических направлений в психологии и педагогике, сходятся в признании негативного влияния нарушенных внутрисемейных отношений на психическое развитие ребенка. Среди причин формирования и развития различных патологических черт характера и невротических симптомов, лежащих в области семьи, выделяют следующие: внутрисемейные конфликты; неадекватные воспитательские позиции родителей; нарушение контакта ребенка с родителями вследствие распада семьи или долгого отсутствия одного из родителей; ранняя изоляция ребенка от семейного

окружения; личностные характеристики родителей и некоторые другие. Неадекватное родительское поведение приводит к разрушению эмоционального контакта с окружением, что в отечественной психологии рассматривается в качестве одного из механизмов формирования и развития личностных аномалий.

Необходимо отметить, что боязливость и страх в дошкольном возрасте не являются устойчивой чертой характера и относительно обратимы при адекватном к ним подходе со стороны взрослых. Тем не менее, важность активной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности. К.Д. Ушинский отмечал, что именно страх способен спровоцировать человека на низкий поступок, изуродовать его морально и убить душу [60].

В работе А. И. Захарова «Психотерапия неврозов у детей и подростков» в 1982 году были предложены возрастные нормы страхов и их распределение по полу и годам. Из 29 страхов, предложенных в этой таблице, у детей наблюдается обычно от 6 до 12 страхов. У современных детей эта норма доходит до 15 страхов [16].

В связи с вышесказанным остро встает необходимость комплексного подхода к решению проблемы коррекции детских страхов, в частности, привлечения семьи. Эта работа может выражаться как в ознакомлении родителей с результатами исследования в допустимой форме, так и в направлении родителей на консультацию к специалисту по семейным вопросам. Такой подход может воздействовать не только на внешние стороны проявления страхов, но и на порождающие его обстоятельства.

Истоки тревожности следует искать в раннем детстве. Уже на втором году жизни она может возникнуть как результат неправильного воспитания. Ребенок боится потерять маму из поля зрения, постоянно ожидает какого-либо страшного «события»: внимательно вглядывается в лица незнакомых людей, не подпускает к себе посторонних, прячется за родителей, плачет при

резких звуках, боится заводных игрушек. Особый страх могут вызвать игрушки прыгающие, хлопающие крыльями, с загорающимися глазами, маски, передающие характерные эмоциональные состояния. Как уже отмечалось, для детей второго года жизни характерна обостренная ориентировочная реакция на новизну. Эмоционально отрицательные впечатления раннего детства могут стать причиной тревожности и формирования такой нежелательной черты характера, как трусость. Взрослые не должны провоцировать страхи, приводящие к тревожности. Профилактика тревожности - чуткое, внимательное отношение к ребенку, охрана его нервной системы.

Преодолеть страх можно разными путями: активизировать внешнее поведение, переключить внимание на привычные действия, отвлечься от объекта, вызывающего тяжелое состояние, внушить уверенность, обострить чувство долга и т. д. Решающая роль в такой ситуации принадлежит твердому руководству, четким указаниям, рассчитанным на мобилизацию привычного поведения и ориентацию на целесообразную деятельность тех, кто в этих условиях может показать пример выдержки и мужества. Особенно необходим пример самообладания, активизирующий у людей совесть, чувство ответственности и долга. В критической ситуации личный пример руководителя может стать главным средством управления поведением людей, поддавшихся страху или панике.

В разных цивилизациях дети в своем развитии испытывают ряд общих страхов: в дошкольном возрасте — страх отделения от матери, страх перед животными, темнотой. Это служит доказательством общих закономерностей развития, когда созревающие психические структуры под влиянием социальных факторов становятся основой для проявления одних и тех же страхов. Насколько будет выражен тот или иной страх и будет ли он выражен вообще, зависит от индивидуальных особенностей психического развития и конкретных социальных условий, в которых происходит формирование личности ребенка [18].

Продолжающийся процесс урбанизации отдаляет человека от естественной среды обитания, ведет к усложнению межличностных отношений, интенсификации темпа жизни. Прямо и косвенно, через родителей, это может неблагоприятно отражаться на эмоциональном развитии детей. В условиях большого города иной раз трудно найти друга и поддерживать с ним постоянные отношения. К тому же из-за излишней опеки со стороны взрослых отсутствует достаточная самостоятельность в организации свободного времени вне дома.

Недостаточная двигательная и игровая активность, а также потеря навыков коллективной игры способствуют развитию у детей беспокойства. Большинство из них уже не могут с азартом играть в прятки, «казаки-разбойники», лапту и т. д. Отсутствие эмоционально насыщенных, шумных и подвижных игр существенно обедняет эмоциональную жизнь, приводит к чрезмерно ранней и односторонней интеллектуализации психики. В то же время игра была и остается самым естественным способом исчезновения страхов, так как в ней воспроизводятся многие из вызывающих страх жизненных коллизий. В результате, чтобы устранить страхи, приходится применять уже в специально создаваемых условиях те же игры, в которые могли бы играть, но не играют современные дети. Не играют же они не только потому, что живут в большом построенном для взрослых городе, но еще и потому, что имеют слишком строгих родителей, считающих игру баловством и пустым времяпрепровождением. Вследствие этого ребенок учится безосновательно беспокоиться по поводу того, что может произойти, а не активно и уверенно преодолевать различные жизненные трудности [18].

Страх, беспокойство у детей могут вызвать постоянно испытываемые матерью нервно-психические перегрузки вследствие вынужденной или преднамеренной подмены семейных ролей (прежде всего роли отца). Так, мальчики и девочки боятся чаще, если считают главной в семье маму, а не отца. Работающая и доминирующая в семье мать часто беспокойна и раздражительна в отношениях с детьми, вызывая у них ответные реакции

беспокойства. Доминирование матери также указывает на недостаточно активную позицию и авторитет отца в семье, что затрудняет общение с ним мальчиков и увеличивает возможность передачи беспокойства со стороны матери. Если мальчики 5—7 лет в воображаемой игре «Семья» выбирают роль не отца, как это делают большинство их сверстников, а матери, то страхов у них больше.

Наиболее чувствительны к конфликтным отношениям родителей дети-дошкольники. Если они видят, что родители часто ссорятся, то число их страхов выше, чем когда отношения в семье благоприятные. Девочки более эмоционально ранимы, чем мальчики, воспринимают отношения в семье. При конфликтной ситуации девочки чаще, чем мальчики, отказываются выбирать роль родителя того же пола в ролевой игре «Семья», предпочитая оставаться сами собой. Заслуживает внимание обнаружение у детей-дошкольников из конфликтных семей более частых страхов перед животными (у девочек), стихией, заболеванием, заражением и смертью, а также страхов кошмарных снов и родителей (у мальчиков). Все эти страхи являются своеобразными эмоциональными откликами на конфликтную ситуацию в семье [16].

У девочек не только больше страхов, чем у мальчиков, но и их страхи более тесно связаны между собой, то есть в большей степени влияют друг на друга как в дошкольном, так и в школьном возрасте. Другими словами, страхи у девочек более прочно связаны с формирующейся структурой личности, и прежде всего с ее эмоциональной сферой. Как у девочек, так и у мальчиков интенсивность связей между страхами наибольшая в 3-5 лет. Это возраст, когда страхи составляют единую психологическую структуру беспокойства. Поскольку это совпадает с интенсивным развитием эмоциональной сферы личности, то можно предполагать, что страхи в данном возрасте наиболее скреплены и мотивированы.

Максимум страхов наблюдается в 5-8 лет, при уменьшении интенсивности связей между страхами, но страх при этом более сложно психологически мотивирован и несет в себе больший познавательный заряд.

Начиная, с 5 лет одно из главных задач является интеллектуальное развитие, в первую очередь мышление. Ребенок в большей степени, чем раньше, начинает понимать, что способно причинить ему вред, чего следует бояться, избегать. Следовательно, в возрасте наиболее часто выявляемых страхов, то есть в старшем дошкольном возрасте, можно уже говорить не только об эмоциональной, но и о рациональной основе страхов как новой психической структуре формирующейся личности [16].

Подводя итоги рассмотрения проблемы страха личности, в частности личности дошкольника и его эмоционально-волевой сферы, основываясь на работах исследователей, психологов, можно сделать вывод о том, что дошкольный возраст является периодом первоначального формирования личностных качеств личности ребёнка. На эмоциональное состояние ребенка влияют такие факторы, как семья, отношения с социумом, наличие игры в жизни дошкольника как ведущей деятельности данного периода. Помимо этого проанализированы факторы и потребности, обуславливающие появление противоречий и, как следствие, способствующие развитию психической составляющей дошкольника. Также рассмотрены особенности общения, его формы и значение в жизни дошкольника, в частности, эмоциональной сферы.

Выявлен тот факт, что особенностью дошкольного возраста является то, что именно данный период считается наиболее благоприятным для эффективного развития двигательных, коммуникативных, сенсомоторных и познавательных навыков, и, в частности, для предотвращения появления страхов. Следовательно, большое значение имеет осуществление организации совместной деятельности дошкольника с родителями и сверстниками.

Неоспорим тот факт, что дошкольный период вносит значительный вклад в становление личности ребенка и оказывает влияние на дальнейшее развитие личности дошкольника.

Страхи старшего дошкольника, развивающегося в условной норме,

находятся во взаимодействии с осуществлением им социализации и приобретением опыта, с осознанием окружающего мира в его реальных и нереальных проявлениях и своего отношения к нему.

К наиболее часто проявляющимся группам страхов в старшем дошкольном возрасте можно отнести социально опосредованные страхи. Причиной возникновения данных переживаний возникают вследствие ошибок в семейном воспитании.

1.4. Коррекция как направление психолого-педагогической деятельности.

Коррекция представляет собой особую форму психолого-педагогической деятельности, направленной на создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи [32].

Коррекция позиционируется, в частности, как один из способов профилактической деятельности по предупреждению психических нарушений у детей. Подтверждение этому можно найти в работах Л.С. Спиваковской. Остановившись на целях психологической коррекции как процесса, можно выделить, по мнению Г.В. Бурменской, О.Л. Карабановой, А.Г. Лидере, прежде всего, развитие ресурсного потенциала ребенка через поддержание оптимальных условий и изменение поведенческих изменений и реакций психики на окружающую действительность.

Если говорить о коррекции детей, имеющих психические отклонения в развитии, что не является условной нормой, то в этом случае данная деятельность носит под собой цель исправления данных отклонений.

На данный момент в общеобразовательных учреждениях процесс психологической коррекции распространен в связи с острой необходимостью регулирования поведенческих нарушений, поэтому данный термин известен и актуален в образовании. Начало термин психологической коррекции берет в области знаний дефектологии, найдя применение лишь с целью разрешения отклоняющегося от нормы развития.

Совершенствование практической психологии стало предпосылкой к созданию программ детской коррекции по борьбе с различными психологическими феноменами. Так, свою необходимость и эффективность доказывает, в частности, программа психологической коррекции страхов у детей дошкольного возраста средствами игротерапии, автором которой является кандидат психологических наук О.В. Тапилина. Данное исследование показывает актуальность коррекционных программ в связи с увеличением количества детей, испытывающих различные страхи, и демонстрирует значительное проявление положительных результатов, относительно эмоционального состояния детей посредством коррекционной деятельности. Положительная динамика проявляется в исчезновении ряда страхов, тем самым понижая общий уровень проявления не только страхов, но и тревожности. Помимо этого наблюдается благоприятная картина в построении межличностных отношений как с членами семьи, так и с окружающими людьми.

В научной же работе Л.В. Орловой «Психологические механизмы генезиса и коррекции страхов (на материале старшего дошкольного возраста)» автор пришла к выводу об эффективности использования игровых и арт-терапевтических методов. Также результаты исследования демонстрирует специфику работы с дошкольниками: на объективные, предметные страхи оказывают влияние упражнения игровой терапии, на более глубокие же, серьезные страхи, относящиеся к вопросам ценностям жизни, оказывают воздействие все направления арт-терапевтических методов.

Последние, как показало данное исследование, оказали наибольшее воздействие на страхи старших дошкольников.

Стоит обратить внимание на особенности коррекции как психолого-педагогического направления, выделяемые А.А. Осиповой, которая обращает наше внимание на то, что при осуществлении коррекционной деятельности ориентироваться необходимо на клиента условной нормы, то есть без

психических отклонений, а также акцентировать внимание на позитивных сторонах личности. Целью должно являться изменение поведения и развития личности посредством средней срочности осуществления коррекции [51].

Коррекция как способ исправления каких-либо нарушений является составляющим компонентом не только деятельности психологов и дефектологов, но и педагогов, которые придерживаются личностно-ориентированного подхода и направляют данный вид деятельности относительно нормального развития.

Существует две формы коррекционной деятельности, выделил которые Д.Б. Эльконин. В основе их разделения лежит ориентация диагностики и ее направленность. Эльконин выделяет симптоматическую и каузальную коррекцию, последняя из которых направлена на установление и устранение причин данных проявлений. Симптоматическая же работает с симптомами, она более ограничена во времени, так как направлена на снижение препятствующих работе с причиной отклонения острых симптомов. Каузальная коррекция сопровождается более длительной протяженностью во времени в связи с глубинным проникновением в проблему и имеет большую результативность, нежели симптоматическая, поскольку имеет под собой более достоверный и точный фундамент.

В практической психологии и педагогике используются и симптоматическая, и каузальная коррекция, но преимущество остается за коррекцией, находящей истоки проблемы, т.е. каузальной.

Остановливаясь на видах коррекционной деятельности, следует сказать о том, что предметов у коррекции достаточное количество: интеллектуальная сфера, эмоционально-волевые процессы, невротические состояния и неврозы ребенка, межличностные отношения. Исходя из этого, выделяют коррекцию:

- познавательной сферы;
- личности;
- аффективно-волевой сферы;
- поведенческих аспектов;

- межличностных отношений;
- внутригрупповых взаимоотношений;
- детско-родительских отношений.

По форме работы с клиентом различают коррекцию:

- индивидуальную
- групповую:
- в закрытой естественной группе (семья, класс, сотрудники и т.д.);
- в открытой группе для клиентов со сходными проблемами;
- смешанную форму (индивидуально-групповую).

В зависимости от задач, которые содержит в себе коррекция, можно выделить следующие ее виды: игровая психокоррекция, семейная психокоррекция, нейропсихологическая коррекция, коррекция личностного роста и др.

К принципам коррекционной деятельности относят, прежде всего:

- принцип единства диагностики и коррекции, согласно Д.Б. Эльконину, И.В. Дубровиной:
- принцип "нормативности" развития
- принцип коррекции "сверху вниз"
- принцип системности развития,
- деятельностный принцип коррекции
- принцип активного вовлечения в коррекционную работу семьи (Г.В. Бурменская, О.А. Карабанова, А.Г. Лидерс) [36, с. 34].

Принцип единства диагностики и коррекции заключается в том, что коррекции должна предшествовать диагностика, заключение которой должно содержать цель и задачи дальнейшей коррекционной деятельности.

Принцип нормативности развития говорит о необходимости учета социальной ситуации развития ребенка и основных новообразований в соответствии с возрастным этапом, на котором он находится.

Принцип коррекции "сверху вниз" подразумевает ориентир на последующие этапы развития ребенка, т.е. основывается на зону ближайшего

развития обучающихся.

Принцип системности развития состоит в том, что коррекционная работа должна включать в себя и реализовывать не только коррекционные задачи, но и развивающие, и профилактические.

Деятельностный принцип основан на необходимости учитывать ведущий вид деятельности каждого возрастного периода при построении коррекционной работы, выборе методов и средств.

Особенно нужно отметить присвоение ведущей деятельности в коррекционной работе детям. Ведущий вид деятельности детей как старшего, так и младшего дошкольного возраста – игровая. Игра является основой для построения любых взаимодействий с дошкольником, в частности, и коррекционной деятельности, что гарантирует её эффективность в связи верным выделением приоритетных мотивов.

Условия, позволяющие говорить об успешной подготовке к коррекционной работе:

- теоретическая база знаний в области коррекционной работы и используемых ей методов;
- практические навыки использования методов и приемов коррекции;
- психологическая проработанность собственных проблем.

Рассмотрим основные методы, используемые в коррекционной работе.

Одним из наиболее развитых направлений арт-терапии, которое предполагает использование изобразительных средств и возможностей для личностного развития, является изотерапия. Она включает такие направления деятельности, как: рисование, лепка, цветотерапия, рисуночная проективная диагностика и другие.

Изобразительная деятельность развивает координацию движений тела, ведь в ее основе лежит взаимосвязь многих психических процессов. Процесс рисования активно влияет как на левое, так и на правое полушарие мозга через развитие и образности мысли, и абстрактно-логического мышления [51].

Коррекция посредством рисования, творческой деятельности, позволяющей детям выразить свободно свои чувства и переживания, является распространенным методом коррекции [28]. Через творческую деятельность, в частности, через рисование дошкольник выражает окружающий мир таким, каким он его воспринимает, имея возможность показать свое отношение к его объектам. Художественная деятельность – один из методов, позволяющих моделировать проблемные ситуации ребенка через образы; мир красок позволяет чувствам ребенка произвести выплеск наружу, способствуя возможности показать истинные свои желания и намерения и с наименьшим отрицательным воздействием преодолеть возникшие трудности.

Страхи, пугающие ребенка в перспективе того, что может произойти, и возникающие посредством развитого воображения дошкольника ликвидировать, используя методы изотерапии, удастся с наибольшим результатом. Чуть менее эффективно, но по-прежнему очень результативно происходит работа со страхами, сформированными на основе произошедших пугающих ситуаций достаточно длительное время назад и соответственно воспроизводимые памятью ребенка безбурной эмоциональной окраски. Страхи же от событий, произошедших недавно, ярко и чувственно воспроизводимых детьми устранить посредством методов рисования удастся в недостаточной мере.

Бурное переживание страха во время процесса рисования, обращение к нему является одним из этапов и считается нормой коррекционной деятельности и обуславливает его устранение. Опасение наоборот должно вызвать игнорирование страха, не выпускаемого психикой наружу и не вызывающего эмоциональных проявлений во время процесса [16].

Проводя аналогии с медициной и процессом введения реальной вакцины в организм человека в качестве активатора для выработки защиты, иммунитета, следует заметить, что и возвращение к очередному проживанию страха через образы на бумаге приводит к снижению степени вызываемых им отрицательных переживаний.

Следующим рассмотренным нами методом будет музыкотерапия, в основе которого лежит музыка как средство. Приемы музыкотерапии могут быть использованы как дополнение к другим методам коррекции, так и являться отдельным наполнением коррекционных занятий и представлять собой целостную программу, обеспечивающую эффективный результат воздействия. Область применения данного метода - эмоциональные отклонения, страхи, расстройства речевой и координационной сферы, заболевания на основе психосоматики, трудности во взаимодействии, коммуникации, построение межличностных отношений и др.

Следующим рассмотренным нами методом коррекции, используемым отечественными современными психологами, будет игротерапия [7]. Именно игра, как метод коррекции страхов детей, по мнению Варга А.Я., имеет большую эффективность, являясь средством передачи чувств ребенка, его отношения к чему-либо, переживаний, не требующая при этом слов, установок, границ и норм, что, как правило, является важным для взрослых.

По значимости игра важна для ребенка в той же степени, как речь необходима взрослому человеку, так считал Г. Л. Лэндрет. Игра, как и речь в мире взаимодействия взрослых, позволяет быть понятым другим, быть включенным в деятельность и влиять на ее течение. Поэтому игротерапевтические методы являются необходимой составляющей не только коррекционных программ, но и любой организации деятельности дошкольников, позволяющей достичь гармоничного развития личности.

По мнению многих исследователей, игра, помимо коррекционной функции включает еще диагностическую и обучающую функцию. Диагностика настроения, эмоционального состояния, социометрических отношений в группе, занимаемой позиции в коллективе, отношения к различным сферам и многое другое прослеживается в игре при правильном построении данного процесса. Касаясь обучающей функции, следует отметить необходимость основания образовательного процесса на данном виде деятельности как центрального места.

В игротерапии используется свободная и директивная виды игр. Свободная игра строится на основе непринужденных дружеских отношений, позволяет достичь навыков саморегуляции, помогает ребенку понять, осознать себя. Ребенок в данном случае является хозяином положения, управляющим темпом игрового процесса и принимаемым таким, какой он есть. Психотерапевт же является зеркалом, в котором ребенок видит самого себя.

Директивная игра несет в себе цель интерпретации, трансляции ребенку символического значения детской игры и подразумевает безусловное участие взрослого.

Неструктурированный игровой материал представляет собой такие элементы, как воду, песок, глину, пластилин. Структурированный же игровой материал включает в себя образы людей, предметы быта, оружие как средства защиты или нападения, транспорт и способствует отражением способов деятельности ребенка в реальной жизни.

Перейдем к рассмотрению сказкотерапии как еще одного метода воздействия [22]. Средствами реализации данного метода являются куклы-марионетки; пальчиковые куклы; куклы теневого театра.

По мнению сказкотерапевтов Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой и А.М. Михайлова, сказкотерапия проявляется в широком диапазоне возможностей влияния на личность ребенка. Способ выразить свои эмоции с помощью образ куклы является более осуществимым в практике с массовым количеством детей, ведь продемонстрировать себя на сцене и перевоплотиться самому без переноса на какой-либо предмет под силу не каждому среднестатистическому дошкольнику. Чувство ответственности, возникающее в ходе течения постановки, проще воспринимается детьми относительно куклы, нежели личности себя в отдельности. Осуществляя воздействие на куклу, управляя ей, ребенок видит причинно-следственные связи между своими действиями и действиями куклы и способен легче перенести данное понимание на реальные взаимоотношения с окружающим

миром.

Преимущество использования сказок в коррекционной работе с детьми заключается в повышенном интересе дошкольников к данной деятельности за счет в отсутствии правильного и неправильного, в проявлении фантазии в направлении сюжетной линии. Важным аспектом сказки является морально-нравственная составляющая, заключающаяся в анализе добрых и злых поступков кукол и, несомненно, в наказании последних.

Выделяют различные приемы работы со сказкой: сочинение сказки по кругу, рисование семьи в виде сказочных героев, анализ сказки, рассказывание, переписывание, с использованием карточек Зинкевич-Евстегнеевой и т.д.

Результатом деятельности со сказкой является освоенные способы деятельности и возможные пути решения в борьбе со страхами, а также повышения эмоционального фона дошкольника в позитивном контексте.

Следующим рассмотренным методом, используемым в коррекционной работе, является куклотерапия [16].

На данном этапе развития науки и практики куклотерапия является одним из средств применения в области психодиагностики и психокоррекции личности ребенка. Первым, предварительно осуществленным перед работой с куклой этапом, по мнению А.И. Захарова, должно стать наблюдение за построением процесса игры самим ребенком. Это нужно для выявления главенствующей тактики поведения, используемой ребенком в игре и являющейся эффективным средством достижения в преодолении препятствий. После проведенного наблюдения и выделенных в ходе него результатов рекомендуется начинать этап коррекционных занятий с использованием куклотерапии. Материал для занятия необходимо подготовить заранее в соответствии со страхами, которые имеются у дошкольника, и составить сюжетную линию таким образом, чтобы ребенок в борьбе со своими препятствиями одержал победу и оказался в сильной позиции. В выборе используемых материалов дошкольнику предоставляется

свобода и не навязывается ни один из выборов. Основным принципом, лежащим в основе данного метода и являющимся обуславливающим фактором для исчезновения страха, является смена ролей: взрослая гармоничная смелая личность психолога и неуверенный в себе, испытывающий страх ребенок меняются местами, что должно проявляться в поведении и речи персонажей.

Среди функций, которые несет в себе куклотерапия, следует выделить отреагирование негативных эмоций посредством переноса их с личности на куклу.

Теневой театр является одним из видов реализации данного метода, материалом для которого являются темные плотные бумажные силуэты на палочках, изготавливаемые самими ребятами для своего представления. Действия, производимые ребенком на экране, основываются на придуманном сюжете о страхе, оживляя который, ребенок постепенно привыкает к тому, что способен управлять и контролировать свой страх, который с этого момента завит от него. Завершающим этапом занятия является избавление от пугающих силуэтов, осуществление которого также можно доверить фантазии дошкольника.

Значимым аспектом в коррекционной работе с ребенком является развитие детско-родительских отношений [62]. Становление личности ребенка происходит под влиянием семейного воспитания, в большей степени. Поэтому, насколько развитым и гармоничным будет состояние дошкольника, зависит от степени активности и включенности родителей в жизнь своего ребенка, участия в решении его трудностей, уровня осведомленности родителей в целом и, в частности, в вопросах воспитания.

Поэтому в работу с дошкольником нужно начинать, включая главных субъектов семейных взаимоотношений, поскольку в большинстве случаев трудности ребенка должны берут истоки в глубинах семейных отношений, только изменив которую, получится достичь положительных результатов.

Ле Шан отмечает в своей книге «Когда ваш ребёнок сводит вас с ума»,

что «родители часто не хотят признавать детские страхи, потому что боятся их закрепить и даже способствовать рождению новых. Это беспокойство можно понять, но нельзя признать его оправданным. Если допустить, что чувство страха существует и проявить настоящее сочувствие, то это будет лучший способ помочь ему исчезнуть. За все годы моей работы с родителями и детьми я не помню ни одного случая, когда сочувствие и понимание усилили бы детские страхи» [40,с.128]. Это еще раз подтверждает необходимость работы как с ребенком, так и с родителями.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что под коррекцией понимается направление психолого-педагогической деятельности, целью которой является создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи. Также в данном параграфе рассмотрены формы, виды коррекционной работы, ключевые принципы построения процесса, а также основные используемые методы: игротерапия, изотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, куклотерапия. Особый акцент делается на необходимости развития детско-родительских отношений.

Страхи детей, находящихся на этапе дошкольного детства, выделяют как те, которые носят временный характер и те, которые более остальных возможно скорректировать, поскольку властвуют над ними эмоции и чувства, влияние на которые есть возможность оказать куда большая, чем на сформировавшийся характер зрелой личности. Значимость оказания психологического воздействия на данном этапе развития подтверждается еще и тем, что он является благоприятным временем для формирования чувства ответственности у дошкольника с помощью умения объективно оценивать свои поступки, анализировать их правильность и признавать свои ошибки. Поэтому коррекционная работа с детьми дошкольного возраста играет значимую роль в развитии ребенка.

В нашей коррекционной программе мы используем такие методы, как игровая терапия, изотерапия, которые являются не единственными, но

основными средствами коррекции с детьми дошкольного возраста.

Выводы по 1 главе:

Таким образом, первая глава была направлена на теоретический анализ изучаемой проблемы.

Проанализировав литературу по проблеме страха как психологического феномена как отечественных, так и зарубежных авторов, мы выделили ряд определений понятия страха с позиции различных методологических подходов. Были рассмотрены классификации феномена страха и основания, выделяемые для них, а также симптомы наличия устойчивых страхов. Было выявлено соотношение понятий «страх» и «тревога», объединяющие и различающие их факторы.

Также были рассмотрены феномен эмоционально-волевой сферы, понятие эмоций и воли, их взаимосвязь. Проанализированы особенности развития эмоциональной сферы ребенка на этапе дошкольного возраста, классификации возможных нарушений и факторы, влияющие на эмоционально-волевую сферу дошкольника.

Помимо вышесказанного, были рассмотрены особенности страхов старших дошкольников. Специфика была выявлена относительно возраста, пола и иных факторов среды, таких как детско-родительские отношения, семейная атмосфера, окружение ребенка и т.д.

Проанализированы возрастные нормы относительно количества имеющихся у ребенка страхов, причины и способы преодоления. В дошкольном возрасте страх характеризуется динамичностью, а также доминированием определенного страха над другим в каждый возрастной период. Не стоит забывать о характере, который носят страхи дошкольников, подразумевающие свое наличие лишь в определенный период развития. Поэтому в случае, если ребенок столкнулся со страхом, который сохраняет свое присутствие продолжительное время и тревожит дошкольника, следует предположить имеющихся проблемах в системе семейных отношений, о нервной ослабленности ребенка, и в целом являются сигналом для принятия

определенных мер коррекции.

Исходя из вышесказанного, возник вопрос о коррекции как одном из направлений психолого-педагогической деятельности. Было рассмотрено понятие психолого-педагогической коррекции, цели данной формы работы, основные принципы и методы её осуществления.

Выявлен тот факт, что особенностью дошкольного возраста является то, что именно данный период считается наиболее благоприятным для эффективного развития двигательных, коммуникативных, сенсомоторных и познавательных навыков, и, в частности, для предотвращения появления страхов.

Следовательно, большое значение имеет осуществление организации своевременной коррекционной работы в период, который вносит значительный вклад в становление личности ребенка и оказывает влияние на дальнейшее её развитие.

Глава 2. Проведение работы по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

2.1. Организация и методы исследования.

К факторам, свидетельствующим о том, что у дошкольника присутствует какой-либо страх, относят волнение, отсутствие расслабленности, отдаление от очага страха и утверждения о присутствии угрожающих объектов. Касаемо заключительного фактора имеет место наличие в большей степени тревоги в связи с вероятностью проявления какого-либо события. Так, присутствие определенного повода для размышлений обуславливает проявление значительной части возрастных страхов, так происходит, в частности, при напоминаниях со стороны окружающих людей. Страхи, которые подтверждаются родителями, но отвергаемые детьми, принято называть «немыми».

В первую очередь в вопросе со старшими дошкольниками, следует выделять ситуативные страхи, боязнь животных и неожиданных звуков. Страхи же, которые подтверждают дети, но в то же время которые являются игнорируемыми или отрицаемыми со стороны родителей, относят к «невидимым страхам. Это, в первую очередь, боязнь наказаний, крови, войны

и стихий, смерти близких и больших улиц, аллей.

Говоря о страхах, выражение которых не ярко и бурно выражено, по мнению А.И. Захарова, делать вывод об их наличии возможно лишь по тенденциям в поведении и общим эмоциональным проявлениям. В частности, это может быть упор при коммуникации на конкретные темы, время от времени испытывая застенчивость при общении, стремление находиться в определенных местах соответственно времени. Также Захаров, углубляясь в физиологическое состояние человека, испытывающего хроническое чувство беспокойства, выделяет тяжесть, испытываемую телом, в частности вату в ногах, сухость во рту, трудности в осуществлении свободного дыхания, неприятные ощущения в области сердца, повышенное потоотделение, бледнота кожи. Относительно же внешней манеры общения, это выражается в отсутствующем взгляде, растерянности при необходимости ответить, дрожи в голосе, испуганной мимике лица. Перечисленные симптомы острого беспокойства, в частности, чрезмерное осуществление множества лишних движений, бесцельные манипуляции с одеждой, неспособность совладать с пантомимикой тела, являются показателями о расстройстве психофизиологических функций организма [19].

Состояние напряжения, беспокойного ожидания, подверженность к легкому испугу, повышенная степень утомления, излишняя озабоченность и сосредоточенность должны стать сигналом перехода самочувствия ребенка к беспокойству и страху на хроническом уровне. Подтверждение данного состояния находит себя в трудностях засыпания, неспособности расслабить мышцы, снижении позитивного расположения духа, головные и мышечные боли.

Говоря же о коррекции страхов старших дошкольников, следует подвести итоги нашего исследования, целью которого было осуществить коррекционную работу с детьми старшего дошкольного возраста.

Исследование проводилось в МАДОУ детский сад № 32 г. Екатеринбурга. В нем приняли участие 16 детей старшего дошкольного

возраста подготовительной группы, соответственно дети 6 - 7 летнего возраста.

Нами было использовано две методики исследования: «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.

Первая методика направлена на выявление и уточнение преобладающих видов страхов детей старшего дошкольного возраста, вторая – на выявление уровня тревожности. Выбор данных методик обусловлен соотношением понятий «тревожность» («тревога») и «страх», что является противоречивым вопросом в исследованиях психологии.

Долгое время понятия страха и тревоги относились исследователями к синонимичным. Так, цитирование философа П. Тиллиха (1995) "Жало страха - тревога, а тревога стремится стать страхом" подтверждает утверждение о неразделимой связи рассматриваемых понятий [4, с. 30].

Позиция грузинского психолога Н. В. Имедадзе (1966 г.), разделяет данные феномены по специфике стимулирующих возникновение того или иного состояния условий. Тревожность понимается автором как «эмоциональное состояние, возникшее перед возможностью фрустрации социальных потребностей» [27, с.54], страх же наполняет индивида, при возникновении угрожающих факторов относительно целостности или существования человеческого организма. Ценностные ориентиры личности становятся подвержены разрушению при изменении состояния человека, проявляющимся в повышении тревожности, поскольку осознание собственных потребностей, представлению о себе и о других людях становятся искаженным.

За основание для классификации рассматриваемых феноменов некоторые исследования выделяют критерии глубины и основательности. Так, согласно теории дифференциальных эмоций (К. Изард, С. Томкинс) к фундаментальной эмоции относится страх, а строящееся на данном фундаменте, более наполненное образование, призывающее к

сотрудничеству и другие базовые эмоции, можно именовать тревожностью. Это означает, что страх, находясь в совокупности другими фундаментальными эмоциями, образует тревожность, что подтверждают слова «Тревожность... состоит из доминирующей эмоции страха и взаимодействий страха с одной или несколькими другими фундаментальными эмоциями, особенно со страданием, гневом, виной, стыдом и интересом» [25, с. 292].

Особое отличие феноменов страха и тревожности легло в основе сравнения I. G. Sarason [4], основанного на направленности внимания: наружу, направляя внимание на объективную реальность вызываемой угрозы испытывается страх, при внутреннем анализе своих ощущений, вниманию к себе – испытывается тревожность.

Также подходы к данному вопросу в исследованиях выделяют рассредоточенность тревоги на множество объектов окружающей действительности, не выделяя никакой из них в приоритет. Как только переживание останавливает внимание на определенном факторе, объекте, можно говорить о возникновении страха [45].

Подобное сравнение схоже с соотношением общей и ситуативной тревожности, последнее является наиболее близким к понятию страха.

По степени эффективности следует выделить подход Ф. Б. Березина, основным из положений которого является внедрение термина «явления тревожного ряда» [6]. Данное нововведение способствовало выделением разницы между страхом как реакцией на объективную отражаемую и осознаваемую угрозу и иррациональным страхом, возникающим при нарастании тревоги и проявляющимся в трансформации неопределенной опасности в определенную. В данной концепции тревога и страх являются представителями разных уровней явлений тревожного ряда, тревога предшествует иррациональному страху и оказывает на него некое воздействие.

Затрагивая причинную обусловленность тревожного состояния

ребенка, обратимся к психологу М. Кузьминой, которая выделяет, несколько факторов, истоками уходящие в семейные взаимоотношения, одним из которых считается отдаленность родителей. Зачастую семейный досуг построен на основе раздельно проводимого времени членами семьи, предпочтительным становится осуществление отдыха родителями без своих детей. Внутренний мир дошкольника наполняется растерянностью, возможность разделить с переживания исчезает. Это может стать причиной возникновения страха одиночества. Таким образом, на основе данного исследования можно сделать вывод о возможности влияния возникновения тревожности на проявления того или иного страха.

Та же самая ситуация отдаления родителей от своего ребенка может вызвать и иной страх – боязнь неоправданных ожиданий. Ощущая свою ненужность, дошкольник обретает повышенную ответственность, стремясь оправдать надежды родителей, стать лучше, взрослее, самостоятельнее и испытать долгожданную любовь и внимание родителей. В данном случае тревога ребенка обусловлена страхом не оправдать надежду, ожиданий взрослого и быть им отвергнутым. В этом случае на появление ситуативной тревожности влияние оказывает наличие определенного страха.

Подтверждение взаимосвязи уровня тревожности и количества страхов, имеющихся у ребенка можно также найти в исследовании «Изучение страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста», приведенном Андерсон С. В. [3], в котором в качестве вывода рассматривается портрет дошкольника, испытывающего множественные страхи. Одним из критериев авторы выделяют повышенный уровень тревожности, присутствующий у таких детей.

Рассмотренные выше исследования обусловили наш выбор методик в данной работе, позволяющих рассматривать понятия страха и ситуативную тревожность как оказывающие друг на друга влияние феномены.

1. Методика исследования: «Страхи в домиках» А.И. Захарова в модификации М.А. Панфиловой.

Цель методики - выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет.

Каждому ребенку предлагается два дома - красный и черный. В эти дома необходимо расселить страхи: в красный дом - «нестрашные», в черный - «страшные страхи». После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ – выбросить или потерять.

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да» - «нет» или «боюсь» - «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

2. Методика «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен.

Цель методики - определить уровень тревожности ребенка. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье и в коллективе.

Методика представляет собой детский тест тревожности, разработанный американскими психологами Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен.

Проективный тест исследует характерную для ребенка тревожность в типичных для него жизненных ситуациях (где соответствующие свойства личности проявляются в наибольшей степени).

Психодиагностика тревожности выявляет внутреннее отношение данного ребенка к определенным социальным ситуациям, раскрывает характер взаимоотношений ребенка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду.

Тест проводится индивидуально с детьми 3–7 лет.

Экспериментальный материал (14 рисунков) выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

Проведение исследования: Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельном кабинете. Предъявив ребенку рисунок, исследователь дает инструкцию.

Во избежание навязывания выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются.

Исследование проводилось в 3 этапа:

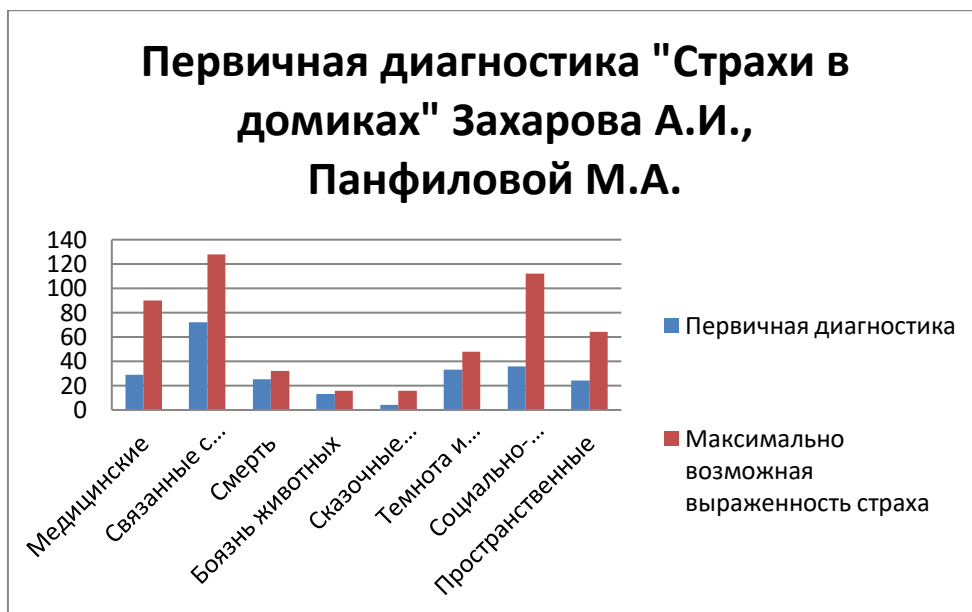
- 1 этап - констатирующий этап эксперимента: первичная психологическая диагностика выявления страхов у детей старшего дошкольного возраста с использованием представленных методик;
- 2 этап - формирующий этап эксперимента: составление и проведение коррекционной программы;
- 3 этап - контрольный этап эксперимента: контрольная психологическая диагностика после коррекции с использованием тех же представленных методик.

2.2. Описание программы коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Эмпирическое обоснование необходимости реализации программы.

Первым этапом работы являлось проведение констатирующего эксперимента посредством представленных психологических методик с целью выявления страхов у детей старшего дошкольного возраста. В эксперименте приняли участие 16 дошкольников 6-7 лет подготовительной группы МАДОУ детского сада №32.

Результаты первичной диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой:



Медицинские – 29 из 90 выборов;

Связанные с причинением физического ущерба – 72 из 128 выборов;

Смерть – 25 из 32 выборов;

Боязнь животных – 13 из 16 выборов;

Сказочные персонажи – 4 из 16 выборов;

Темнота и кошмарные сны – 33 из 48 выборов;

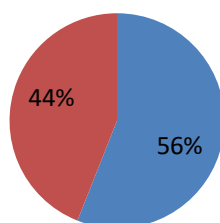
Социально-опосредованные – 36 из 112 выборов;

Пространственные – 24 из 64 выборов.

Результаты первичной диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен:

Первичная диагностика "Выбери нужное лицо" Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен

■ Высокий уровень ■ Средний уровень



- Количество детей, обладающих высоким уровнем тревожности – 9 из 16 человек (56%);
- Количество детей, обладающих средним уровнем тревожности – 7 из 16 человек (44%).

Таким образом, полученные результаты выявили ряд проблем, решение которых легло в основу нашей коррекционной программы:

1. Работа по нивелированию конкретных групп страха: боязнь животных; страхи, связанные с причинением физического ущерба, темнота и кошмарные сны, сказочные персонажи, социально-опосредованные и пространственные страхи.
2. Работа по снижению ситуативной тревожности дошкольника, как эмоционального образования, формирующегося на основе имеющихся страхов.

Программа по коррекции страхов старших дошкольников «Побеждаю страх»

Пояснительная записка

Количество дошкольников, обладающих повышенным беспокойством, неустойчивостью эмоционально-волевой сферы, эмоциональными нарушениями на данный момент возросло. По мнению таких исследователей, как Л.А. Венгер, В.С. Мухина, А.И. Захаров, тревожность у детей

дошкольного возраста обусловлена неудовлетворением значимых потребностей ребенка.

Неблагоприятные отношения с родителями являются первопричиной появления страхов дошкольника, также влияющим фактором может стать взаимоотношения между воспитателями и ребенком, проявляющиеся в преобладании авторитарности педагога, необъективности его оценки ребенка и т.д. Оба варианта взаимодействия со взрослыми вызывают состояние напряжения, сопровождаемое страхом не выполнить требование взрослых.

Как известно, развитие ребенка напрямую имеет взаимосвязь с спецификой проявления имеющихся чувств и переживаний. Эмоции, одновременно и указывают на состояние дошкольника, и сами являются предпосылкой развития и функционирования его познавательных процессов и поведенческих реакций, определяя концентрацию его внимания, особенности восприятия окружающей действительности, логику рассуждений. Так как дети, находящиеся на этапе дошкольного детства, еще не способны управлять своими эмоциями, они находятся у них «в зависимости», что может стать причиной импульсивного поведения, трудностями в коммуникации с окружающими, к страхам. Следует выделить период адаптации к детскому саду, как одно из основных препятствий ребенка, находящегося «в плену» у чувств.

Одним из новообразований детей старшего дошкольного возраста является произвольность психических процессов, формирование первичной способности к рефлексии, что является фактором эффективного овладения способами анализа своей деятельности. Коррекционная деятельность психолога с детьми, не способными самостоятельно справиться с возникающими трудностями в виде переживаний, является востребованной в настоящее время, поскольку на данном возрастном этапе дошкольники оказываются особенно восприимчивыми и к негативным влияниям социума. При этом при работе имеет значение взаимодействие как с ребенком, так и с его родителями.

Смена позиции «У меня не получается» к убеждению «Я умею сам преодолевать свои трудности» и создание условий для успешного осуществления данного перехода являются функциональной характеристикой психолого-педагогического сопровождения ребенка. Способствует этому раскрытие потенциала развития личности, ориентиры на имеющиеся ресурсы и сохранение условий среды для саморазвития и индивидуализации ребенка.

Данная коррекционная программа «Побеждаю страх» направлена на работу с различными видами страхов, возникающими у детей старшего дошкольного возраста.

Теоретико-методологические обоснования

Методологической основой нашего исследования являются труды отечественного психолога А.И. Захарова, в основе исследований которого лежат, в частности, причины нарушений психики ребенка и методы, используемые в педагогике и психологии по профилактике отклонений в поведении детей дошкольного возраста.

По мнению исследователя, такие проявления страха, как оцепенение, растерянность, слезы, бегство вполне очевидны. Существует ряд признаков, также свидетельствующих о присутствии страха - стремление избегать или наоборот оказываться в определенном пространстве, общаться или избегать коммуникации на какую-либо тему, испытывать растерянность при разговоре. Состояние систематического беспокойства и чувства страха сопровождается легкой возможностью напугать человека, его нечастым позитивным настроением, состоянием «на чеку» и излишней озабоченностью. Человек не в состоянии находиться абсолютно расслабленным, ему свойственна быстрая усталость, головные боли и неприятное беспокойство в иных частях тела. Навязчивые переживания, нехорошие предчувствия, ожидания происшествий не позволяют ребенку быстро уснуть. Данные симптомы свидетельствуют о психологическом и физиологическом перенапряжении организма, расстройстве каких-либо функций и

подтверждают необходимость коррекционной деятельности по предотвращению нарушений.

Помимо А.И. Захарова теоретико-методологическим основанием являются исследования Прихожан А.М., направленные на изучение тревоги как состояния и тревожности как устойчивого образования на разных этапах развития ребенка, в частности, старшего дошкольного возраста, их взаимосвязь со страхом, а также причины, специфику возрастных и индивидуальных форм проявления, техники и способы их преодоления.

В построении коррекционной работы с детьми также заложена идея Л.С. Выготского о зоне ближайшего развития и принцип нормативности развития, который гласит о должном обращении внимания социальной ситуации развития ребенка, а также его возрастным новообразованиям. Как известно, при наличии помощи со стороны взрослого результаты деятельности ребенка существенно выше возрастной нормы, того, что он может сделать самостоятельно. Поэтому и коррекционная деятельность, опирающаяся на зону ближайшего развития ребенка, является наиболее эффективной.

Цель: коррекция страхов детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Снизить уровень ситуативной тревожности дошкольников.
2. Нивелировать количество страхов и эмоционально-отрицательных переживаний.
3. Скорректировать способы реагирования в ситуациях воздействия страха.
4. Скорректировать отношение к переживаемой ситуации воздействия страха.
5. Развивать чувство уверенности в себе в ситуации страха.

Этапы коррекционной программы:

1. Подготовительный
2. Основной
3. Заключительный.

Механизмы коррекционного воздействия

Коррекционная работа осуществляется посредством методов игровой терапии, изотерапии и других методов арт-терапии.

Принципы проведения и составления программы:

1. Единство диагностики и коррекции (Эльконин Д.Б., Дубровина И.В.)
2. Нормативность развития (Выготский Л.С.)
3. «Сверху вниз»: зона ближайшего развития обуславливает опережающий характер коррекционной работы (Выготский Л.С.)
4. Системность развития психологической деятельности, коррекционных, профилактических и развивающих задач.

5. Деятельностный принцип (Эльконин Д.Б., Леонтьев А.Н.)

Количество занятий – 12;

Количество человек – 2 группы по 8 человек;

Частота встреч – 2 раза в неделю;

Количество часов – 20 (4 часа – первичная диагностика, 12 часов – коррекция, 4 часа – итоговая диагностика)

Продолжительность каждого занятия – 30 минут.

Тематический план занятий

Этап, цели этапов	Упражнения	Необходимый материал
Подготовительный Цель: 1. выявление и уточнение преобладающих видов страхов; 2. Определение уровня тревожности	Диагностика 1. «Страхи в домиках» (Захаров А.И., Панфилова М.А.); 2. «Выбери нужное лицо» (Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен)	Стимульный материал, цветные карандаши

дошкольников.		
Основной	Занятие 1. <u>«Влияние страха».</u> Цель: сформировать представление о возможных поведенческих нарушениях, возникающих в результате воздействия страхов. Форма: методы изо-терапии, игровой терапии, беседа.	Бумага, картон, цветные карандаши, музыкальное сопровождение.
Цель: коррекция страхов детей старшего дошкольного возраста.	Занятие 2. <u>«Преграды на пути».</u> Цель: сформировать представление о страхе как о преграде на пути к успеху. Форма: методы изо-терапии, игровой терапии, беседа.	1. Снизить уровень тревожности детей. 2. Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания.
	Занятие 3. <u>«Страшные сны».</u> Цель: снизить переживание страшных снов. Форма: методы изо-	3. Скорректировать поведенческие нарушения, возникающие в результате воздействия страхов. 4. Предотвратить появление устойчивого состояния тревожности. 5. Развивать чувство уверенности в себе.

	<p>терапии, игровой терапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 4. «Мир животных».</u></p> <p>Цель: снизить страх животных.</p> <p>Форма: методы изо- терапии, игровой терапии, сказкотерапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 5. «Страшные персонажи».</u></p> <p>Цель: снизить переживание страшных персонажей.</p> <p>Форма: методы изо- терапии, игровой терапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 6. «На помощь к темноте».</u></p> <p>Цель: снизить страх темноты.</p> <p>Форма: методы изо- терапии, игровой терапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 7. «Лабиринт страхов».</u></p>	
--	---	--

	<p>Цель:</p> <p>нейтрализовать чувство превосходства страха над ребенком.</p> <p>Форма: методы изо- терапии, игровой терапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 8. «Смешное в страхах».</u></p> <p>Цель:</p> <p>нейтрализовать чувство превосходства страха над ребенком.</p> <p>Форма: методы изо- терапии, игровой терапии, сказкотерапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 9. «Защита от страха».</u></p> <p>Цель: Развивать состояние внутренней защищенности.</p> <p>Форма: методы изо- терапии, игровой терапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 10. «Я</u></p>	
--	--	--

	<p><u>смелый».</u></p> <p>Цель: развивать чувство уверенности в себе.</p> <p>Форма: методы изо-терапии, игровой терапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 11. «Я не боюсь».</u></p> <p>Цель: развивать чувство уверенности в себе.</p> <p>Форма: методы изо-терапии, игровой терапии, беседа.</p> <p><u>Занятие 12. «Я могу».</u></p> <p>Цель: развивать чувство уверенности в себе.</p> <p>Форма: методы изо-терапии, игровой терапии, беседа.</p>	
<p>Заключительный</p> <p>Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов, а также динамики результатов проведенной</p>	<p>Повторная диагностика</p> <p>1. «Страхи в домиках» (Захаров А.И., Панфилова М.);</p> <p>2. «Выбери нужное лицо» (Р.Тэмпл,</p>	<p>Стимульный материал, цветные карандаши</p>

коррекционной работы	М.Дорки, В.Амен)	
----------------------	------------------	--

Программа составлена на основе коррекционно-развивающей программы по коррекции страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста "Маленький храбрец" Орловой Н.А., «Изотерапия как метод психокоррекционной работы со страхами у детей» Достоваловой Н.А., разработки М.В. Киселевой «Арт-терапия в работе с детьми»; программу групповой психологической работы со страхами педагогов-психологов Ломоносовской школы г.Москвы Л. Новиковой и Ю. Царьковой.

Каждое занятие состоит из 5 этапов:

1. Приветствие.

Цель: создание доброжелательной атмосферы.

2. Вводная беседа/упражнение.

Цель: вовлечение детей в предстоящую деятельность, тему занятия.

3. Основная (изобразительная, игровая) деятельность.

Цель: коррекция страхов и тревожности.

4. Заключительный этап. Рефлексия.

Цель: анализ продуктов деятельности, установление положительного настроя на последующие занятия.

5. Прощание.

Данная программа включает в себя знакомство с понятием страха, его возможностями и возникающими препятствиями вследствие его возникновения («Что умеет страх?», «Преграды на пути»), ряд занятий («Страшные сны», «Мир животных», «Страшные персонажи», «На помощь к темноте»), направленных на коррекцию конкретных страхов, таких как: страшные сны, страх животных, страх персонажей, боязнь темноты, которые являются основными на этапе дошкольного возраста, а также занятия, направленные на снижение значимости страха, власти его над человеком («Лабиринт страхов», «Смешное в страхах») и повышение уверенности в себе в данном противостоянии («Я смелый», «Я не боюсь», «Я могу»). Последний блок обуславливает позитивное завершение комплекса

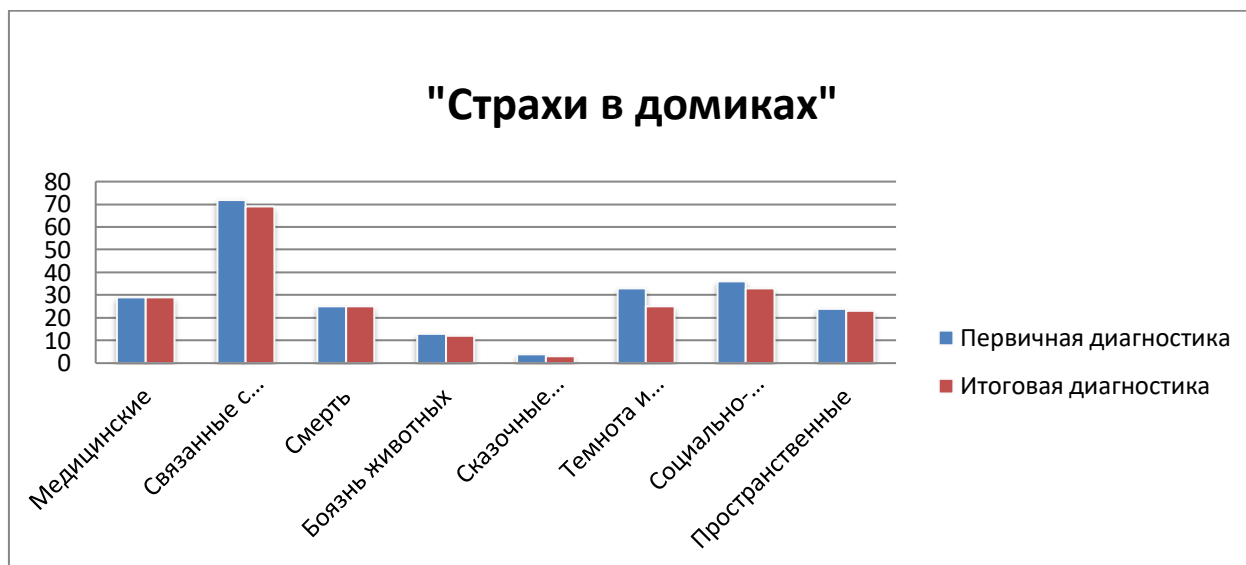
коррекционных занятий и является предпосылкой для снижения степени выраженности того или иного страха у детей. В приложении 4 представлено подробное описание занятий и их содержимого, используемого в коррекционной программе.

2.3. Анализ результатов исследования.

Все итоги по исследованию страхов у детей старшего дошкольного возраста можно свести в диаграммы.

Итоговые данные исследования по методике исследования «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, которые можно отнести к результатам до и после проведения коррекционной работы сведены в диаграмме (рис.1).

Рисунок 1. Результаты первичной и итоговой диагностики «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой.



Результаты первичной диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой:

Медицинские – 29 из 90 выборов;

Связанные с причинением физического ущерба – 72 из 128 выборов;

Смерть – 25 из 32 выборов;

Боязнь животных – 13 из 16 выборов;

Сказочные персонажи – 4 из 16 выборов;

Темнота и кошмарные сны – 33 из 48 выборов;

Социально-опосредованные – 36 из 112 выборов;

Пространственные – 24 из 64 выборов.

Результаты итоговой диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой:

Медицинские – 29 из 90 выборов;

Связанные с причинением физического ущерба – 65 из 128 выборов;

Смерть – 25 из 32 выборов;

Боязнь животных – 12 из 16 выборов;

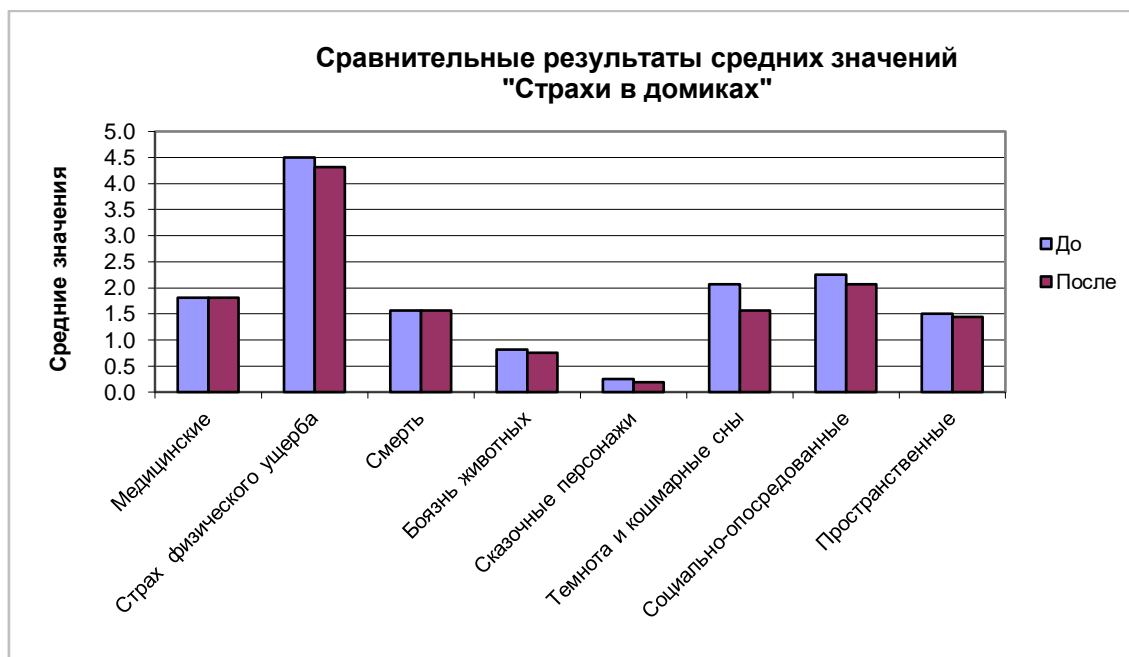
Сказочные персонажи – 3 из 16 выборов;

Темнота и кошмарные сны – 25 из 48 выборов;

Социально-опосредованные – 30 из 112 выборов;

Пространственные – 23 из 64 выборов.

Рисунок 2. Сравнительные результаты средних значений первичной и итоговой диагностики «Страхи в домиках».



Исходя из результатов методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой можно сказать о том, что самыми распространенными

страхами среди старших дошкольников являются страх смерти, боязнь животных, и страх темноты и кошмарных снов. Распространенность боязни животных связана с тем, что в старшем дошкольном возрасте формируется опыт отношений ребенка не только с людьми, но и с животными, основанный на умении ребенка предвидеть и планировать действия другого, понимать его чувства и намерения. Именно поэтому животные, особенно хищные, вызывают у дошкольника страх и настороженность. В данном возрасте дети способны испытывать чувство тревоги и сомнения в отношении происходящих событий в будущем, у них присутствует осознание риска, опасности и понимание наличия возможности нанести данную опасность у определенных объектов. Таковыми могут являться животные, а также действия, происходящие в темноте и в пугающих снах, что подтверждают результаты диагностики.

Динамичное становление абстрактного мышления, развитие навыков обобщения, классификации, выделение категории времени и пространства, поиск ответов на вопросы относительно появления жизни относятся к факторам и характерным особенностям детей старшего дошкольного возраста. Развитие мыслительных процессов, соответственно, влечет за собой более осознанное отношение к собственной жизни, что подтверждается существенным количеством выборов, связанных со страхом смерти.

Данные особенности подтверждается результатами анализа А. И. Захарова, который говорил, что боязнь смерти напрямую связана со страхами нападения, темноты, заболевания и смерти родителей, страшных снов, животных, стихий, пожара и войны. Среди перечисленных можно заметить и страхи, выявленные в результатах проведенной нами диагностики. Они, как и другие перечисленные, содержат под собой скрытую или прямую подверженность к угрозам для жизнедеятельности человека. Причиненный вред с чьей-либо стороны, также как и заболевание, может привести к таким последствиям, как увечье, смерть и является для дошкольника непосредственными угрозами для жизни.

Это и оправдывает определение страха как аффективного инстинкта самосохранения.

Страх смерти, темноты и страшных снов достигает апогея у старших дошкольников также в связи с тем, что именно на этом возрастном этапе у ребенка формируется чувство категорий времени и пространства, появляется полное представлений жизненных этапов, он понимает, что жизнь имеет свой предел, что рождение сменяет смерть, и что данные стадии проходят все люди, в том числе и его семья.

Дети, в большинстве случаев, сами преодолевают возникающие переживания данной специфики при присутствии доброжелательной, эмоционально теплой атмосферы внутри семьи.

Страх смерти имеет взаимосвязь со страхами страшных снов, темноты, войны и стихии – угрожающими жизни и здоровью факторами.

Также мы предполагаем, что страх кошмарных снов может быть остро ощущен в связи с тем, что яркие телевизионные и вымышленные персонажи, часто агрессивно настроенные, сейчас часто демонстрируются средствами массовой информации, возрастая как на телеэкранах, так и на страницах детской литературы. У некоторых детей бурный поток фантазийного мышления находит яркое отражение в нарушениях сна, трудностях засыпания и ночных, эмоционально-окрашенных кошмарах. Не все родители берут ответственность за контроль и отбор иллюстрируемой в поле зрения ребенка информации, что может оказать воздействие на психическое состояние дошкольника, проявляющееся в возрастании количества страхов в настоящем, повышенной тревожности, в тенденции к истерикам, агрессивному поведению.

По мнению К. Бюлер и М. В. Осокиной, каждое понижение родительской защиты может быть причиной появления страхов у ребенка. Это может проявляться в замене внимания родителей инновационными средствами и гаджетами, оставлении ребенка надолго в одиночестве, в том числе и в момент засыпания. Они говорят о том, что вероятность появления

детских страхов возрастает, если родители используют при осуществлении воспитательной функции большое количество источников детского творчества со пугающими сюжетами и отрицательными персонажами [48].

Исходя из вышеизложенного, следует вывод о том, что в возрастной период 5-7 лет сны дошкольника являются отражением его настоящих, прошедших и будущие страхов. Косвенно это указывает на наиболее наполненность старшего дошкольного возраста страхами и их динамику.

Возвращаясь же к коррекции страхов старших дошкольников, что являлось целью нашего исследования, следует отметить, что итоговая диагностика выявила изменения по следующим группам страхов:

- страхи, связанные с причинением физического ущерба;
- боязнь животных;
- сказочные персонажи;
- темнота и кошмарные сны;
- социально-опосредованные;
- пространственные.

Из перечисленных к существенным сдвигам относительно выявленных нами результатов можно отнести изменения в группе страхов, связанных с причинением физического ущерба, темноты и кошмарных снов и группе социально-опосредованных страхов.

Объяснить это можно выводами, к которым пришел А.И. Захаров, говоря о том, что в старшем дошкольном возрасте страх становится более сложно психологически мотивированным и несет в себе больший познавательный заряд. Эмоции уже характеризуются зрелостью и устойчивостью. По наступлению старшего дошкольного возраста ребенком, на первый план в его развитии выступают процессы мышления. Дошкольник в большей степени, чем раньше, осознает и выделяет наносящие вред факторы, анализирует количество объектов, которых стоит бояться и находит способы их избегания. Следовательно, на этапе наибольшей подверженности ребенка страхам, то есть в старшем дошкольном возрасте, под их основой

уже подразумевается не только эмоциональная составляющая, но и рациональная основа феномена страха как новообразование в становлении личности [16]. Таким образом, работа с рациональным началом страха, которое является более контролируемым и осознаваемым, оказалась эффективнее и продемонстрировала более существенные сдвиги.

Изменения не произошли в группе медицинских страхов и страхов, связанных со смертью.

Ведущим страхом старшего дошкольного возраста является страх смерти, обусловленный тем, что ребенок анализирует и осознает неизбежность возникающих возрастных изменений. Понимание того, что взросление и в последствие старость приводит к необратимой смерти вызывает у дошкольника беспокойство как эмоциональное неприятие объективной реальности относительно гибели человека. В большинстве случаев, дети преодолевают подобные ситуации самостоятельно, при условии благоприятной атмосферы в семье, при отсутствии частых разговорах о болезнях, о смерти других людей и о том, что это может случиться в любой момент с каждым человеком.

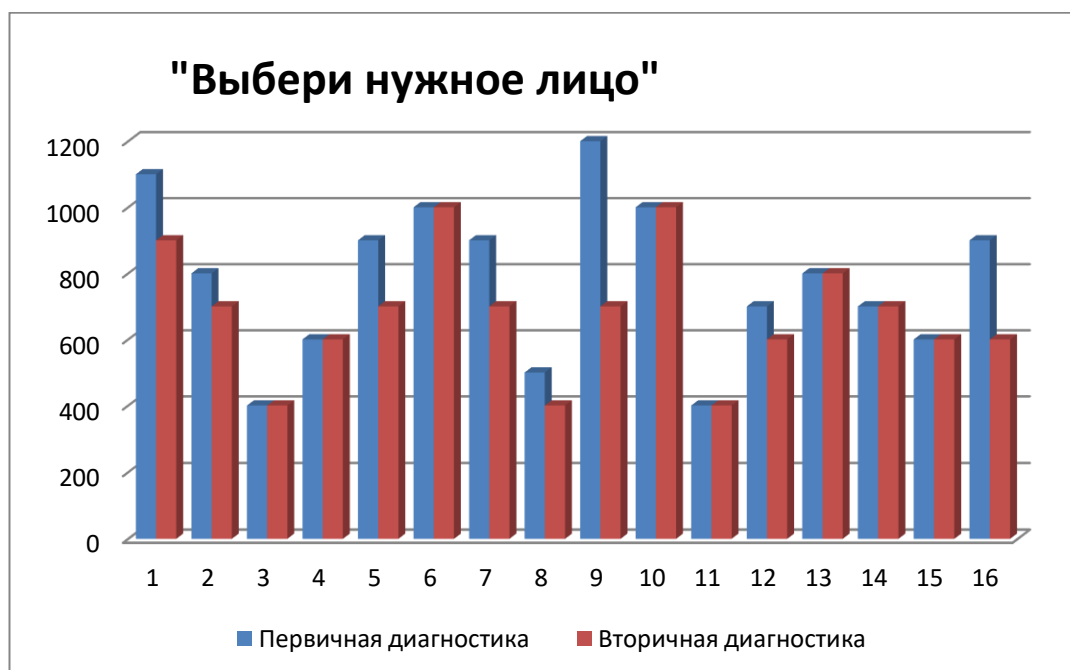
Страх смерти более всего выражен у чувствительных к эмоциональным всплескам и впечатлительных детей, наделенных способностью к абстрактному мышлению, поэтому его относят к категории нравственно-этического порядка, подразумевающую под собой глубину и осознанность чувств [1].

Также Захаров говорит о том, что одной из форм выражения страха смерти является навязчивый страх заражения и медицинских страхов в целом, соответственно. Обычно это страх болезней, появившийся посредством внушения родителями о возможности обрести более серьезные последствия в связи с болезнью.

Страх смерти, как уже отмечалось, не демонстрируется отдельно, а прослеживается в других, свойственных для данного возрастного этапа страхах.

Данные выводы объясняют полученные нами результаты. Задачей нашего исследования не являлось целенаправленное воздействие на страх смерти у детей, в связи с исключением акцентирования внимания на данном страхе, который, в свою очередь, является нормой возрастного развития и выражается в инстинкте самосохранения. Осознанный риск возможной угрозы причинения вреда своему здоровью и жизни близких был нивелирован посредством коррекции иных, отдельных страхов, являющихся факторами возможной угрозы жизни.

Результаты исследования по методике исследования «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен до и после проведения коррекционной работы сведены в представленной ниже диаграмме (рис.3).
Рисунок 3. Результаты первичной и итоговой диагностик «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.



Результаты первичной диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен:

- Количество детей, обладающих высоким уровнем тревожности (выше 700) – 9 из 16 человек (56%)
- Количество детей, обладающих средним уровнем тревожности (280 -700) – 7 из 16 человек (44%)

Результаты итоговой диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен:

- Количество детей, обладающих высоким уровнем тревожности (выше 700) – 4 из 16 человек (25%)
- Количество детей, обладающих средним уровнем тревожности (280 - 700) – 12 из 16 человек (75%)

Анализируя результаты исследования при повторной диагностике в экспериментальной группе, мы видим значительные изменения: высокий уровень тревожности снизился с 56% до 25%. Средний уровень с 44% повысился до 75%. Основываясь на полученных результатах, можно сделать вывод о том, что индекс тревожности снизился с высокого до среднего у 5 человек.

Так как человеку, обладающему эмоцией страха или же в состоянии тревожности свойственно испытывать общее чувство беспокойства, переживать за свою жизнь и жизнь своих близких, то можно говорить о том, что оба феномена отображают реакцию на угрозу или отсутствие чувства безопасности. Соответственно, как мы говорили ранее, данные понятия мы рассматриваем как взаимовлияющие.

Говорить о запредельном уровне тревожности можно в случае возникновения боязни факта появления страха (страх страха), поскольку человеку становится свойственно опасаться всех объектов, которые могут даже косвенным образом повлиять на его здоровье и благополучие [54].

Следовательно, мы пришли к выводу о том, что коррекция конкретных детских страхов, нивелирование эмоционального напряжения и беспокойства, а также коррекция реагирования на ситуацию страха в целом повлекла за собой и снижение ситуативной тревожности, что демонстрируют результаты данной методики.

Для оценки различий на констатирующем и контрольном этапах исследования нами был использован статистический критерий Вилкоксона.

Статистический критерий применяется для сопоставления показателей,

которые измерены в двух различных друг от друга условиях на одной и той же выборке (группе) испытуемых. Статистический критерий позволяет определить направленность, а также степень выраженности изменений. Посредством данного статистического критерия определяется, является ли сдвиг изучаемых показателей в каком-либо направлении более интенсивным, чем в другом. Анализ данных проводился в статистической системе Statistica. Достоверные различия диагностируются как применительно уровня проявления тревожности ($T=0,01$; $p<0,01$), так и количества страхов у детей ($T=0,01$; $p<0,01$). Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1. Wilcoxon Matched Pairs Test

Показатели	Кол-во челове к	Значен ие T	Значен ие Z	Уров.значи м. p-level	
Медицинские_до_пос ле	16	2	0,535	0,593	
Связанные с причинением физического ущерба до после	16	0	2,023	0,043	*
Смерть до после	16	0	--	--	
Боязнь животных до после	16	0	--	--	
Сказочные персонажи до после	16	0	--	--	
Темнота и кошмарные сны до после	16	0	2,201	0,028	*
Социально- опосредованные до после	16	0	2,023	0,043	*
Пространственные до после	16	0	--	--	
Уровень тревожности до после	16	0	2,521	0,012	*

Выводы по 2 главе:

Исследование, проведенное на базе МАДОУ детский сад № 32 г. Екатеринбурга при участии детей старшего дошкольного возраста

подготовительной группы, выявило следующие результаты по двум используемым методикам исследования: «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.

1. Посредством итоговой диагностики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой были продемонстрированы изменения в группах страхов:

- страхи, связанные с причинением физического ущерба;
- боязнь животных;
- сказочные персонажи;
- темнота и кошмарные сны;
- социально-опосредованные;
- пространственные.

Из перечисленных к существенным сдвигам относительно выявленных нами результатов можно отнести изменения в группе страхов, связанных с причинением физического ущерба, темноты и кошмарных снов и группе социально-опосредованных страхов.

2. Анализируя результаты итоговой диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен следует сказать о следующих изменениях: высокий уровень тревожности снизился с 56% до 25%, средний же - повысился с 44% до 75%. Это свидетельствует о том, что индекс тревожности снизился с высокого до среднего у 5 человек.

Следовательно, мы пришли к выводу о том, что коррекция конкретных детских страхов, нивелирование эмоционального напряжения и беспокойства, а также коррекция реагирования на ситуацию страха в целом повлекла за собой предполагаемые результаты в виде снижения количества страхов и ситуативной тревожности, что демонстрируют результаты данных методик.

Заключение.

Феномен страха подвергался изучению в отраслях психологии и педагогики как отечественными (А. И. Захаров, Зеньковский В.В., Спиваковская А.С., Панфилова М. А., Овчарова Р.В., Неймер Ю.Л. и др.), так и зарубежными (Д. Боулби, Джемс У., Томкинс С., Уотсон Дж. и др.) исследователями.

Перед началом исследования в дипломной работе нами была поставлена цель – коррекция детских страхов посредством решения следующих задач:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме страхов и методам их коррекции.
2. Осуществить деятельность по диагностике страхов детей старшего дошкольного возраста.
3. Разработать и осуществить план работы по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Изучение психолого-педагогической литературы по теме страхов привело к выводам о том, что в современном мире существует всё более возрастающее число негативных факторов, которые обуславливают

значительный рост нарушений в эмоциональной сфере дошкольника, что нашло подтверждение в результатах проведенной нами диагностики, как одной из задач. Это является объяснением того, что страх, в сравнении с другими эмоциями, является более частым предметом научного исследования.

Также анализ литературы позволил выделить ряд определений понятий страха с позиции различных методологических подходов, рассмотреть классификации феномена страха и основания, выделяемые для них, а также симптомы наличия устойчивых страхов. Было выявлено соотношение понятий «страх» и «тревога», объединяющие и различающие их факторы. Также были рассмотрены феномен эмоционально-волевой сферы дошкольника и на основании этого проанализирована специфика страхов детей на данном возрастном этапе.

В связи с этим была обоснована необходимость разработки и реализации плана работы по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста, которая была реализована при участии детей подготовительной группы МАДОУ детского сада №32.

Выдвинутая нами гипотеза о том, что своевременные методы коррекции способствуют снижению страхов у детей старшего дошкольного возраста нашла подтверждение в результатах нашего исследования.

Так, итоговая диагностика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой после реализации плана коррекционных занятий выявила изменения по следующим группам страхов: боязнь животных, сказочные персонажи, пространственные страхи, страхи, связанные с причинением физического ущерба, социально-опосредованные и страхи темноты и кошмарных снов. Изменения в последних трех группах из перечисленных можно отнести к существенным сдвигам относительно выявленных нами результатов.

Остановливаясь же на анализе результатов исследования при повторной диагностике «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М.Дорки, В.Амен, можно

заметить значительные изменения: высокий уровень тревожности снизился с 56% до 25%. Средний уровень с 44% повысился до 75%. Полученные данные позволяют подвести итог о том, что индекс тревожности снизился с высокого до среднего у 5 человек.

Поскольку, как мы говорили ранее, и в реакции страха, и в состоянии тревожности есть общий эмоциональный компонент в виде ощущения беспокойства, отображаемое в восприятии объектов окружающей действительности как угрозы или отсутствию чувства безопасности, то, как мы и проанализировали ранее, данные понятия мы рассматриваем как взаимовлияющие.

Рассмотрев вышеизложенное, можно сделать вывод о том, что коррекция конкретных детских страхов, нивелирование эмоционального напряжения и беспокойства, а также коррекция реагирования на ситуацию страха в целом повлекла за собой и снижение ситуативной тревожности, что демонстрируют результаты данной методики.

Раскрытые нами теоретические положения и практические аспекты диагностики, а также разработанная коррекционно-развивающая программа коррекции страхов в дошкольном возрасте позволяют сделать вывод о том, что имеют существенное значение на становление личности дошкольника, и дошкольный период – наиболее благоприятный период для воздействия на страхи ребенка, поскольку в данный возрастной период обусловлены они, в первую очередь эмоциональным компонентом, неустойчивым и поддающимся внешним коррективам.

Дальнейшие исследования в рамках данной темы могут быть направлены на совершенствование программы посредством разнообразия используемых методов, а также выдвижение дополнительных, необходимых для решения проблемы целей занятий.

Список литературы

1. Аксенова, Л. И. Специальная педагогика [Текст]: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Л. И. Аксенова, Б. А. Архипов, Л. И. Белякова. – М. : «Академия», 2000. – 400 с.
2. Алексеева, Е. Е. Страхи у детей дошкольного возраста [Текст] / Е. Е. Алексеева // Дошкольная педагогика. – 2006. – № 2. – С. 58 – 61.
3. Андерсон С. В. Изучение страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста // Молодой ученый. — 2016. — №5.6. — С. 2-5.
4. Астапов В.М. Тревога и тревожность. Хрестоматия / Сост. и общая редакция В. М. Астапова»: ПЕР СЭ; Москва. – 2008. – 53 с.

5. Бамм Р., Бараш Б. и др. Семейное воспитание. Словарь для родителей. – М.: Просвещение, 1996. - 321 с.
6. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л.: Наука, 1988. – 270 с.
7. Варга А.Я. Психологическая коррекция нарушений общения младших школьников в игровой группе // Семья в психологической консультации / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М., 1998.- 152с.
8. Варга, А. Я. Системная психотерапия. Краткий лекционный курс. – СПб. : Питер, 2001. – 278 с.
9. Вологодина, Н. Г. Детские страхи днем и ночью. – М.: Феникс, 2006. – 106 с.
10. Выготский Л.С. Детская психология // Собр. Соч. – М., 1982. – т.4 – 336 с.
11. Гозман, Н. Я., Алешина, Ю. Е. Социально - психологические исследования семьи: проблемы и перспективы / Н. Я. Гозман, Ю. Г. Алешина. // Психологический журнал. – 1991. - №12. – С. 84-92.
12. Джеймс У. Научные основы психологии. – СПб.: Санкт-Петербургская электропечатня, 1902. - 370 с.
13. Дунаева Ю.В. Макфи А. К новому определению истории. // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. Сер. 5, История: Реферативный журнал. 2015. - №2.
14. Закирова О.И. Теоретические проблемы развития эмоциональной сферы в дошкольном возрасте //Дополнительное образование детей: теория и практика. Сборник научных трудов. Сост. О.М. Богомолова. Новосибирск, 2014. Издательство: ЦРНС – с.89-91.
15. Запорожец А.В., Неверович Я.З. К вопросу о генезисе функций и структуре эмоциональных процессов у ребенка. 1974, №6, с.65-68.
16. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб. : Питер, 2000. – 448 с.

17. Захаров, А. И. Как преодолеть страхи у детей [Текст] / А. И. Захаров. - М.: Педагогика, 1986. – 25–40 с.
18. Захаров, А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страхов [Текст] / А. И. Захаров. – СПб. : Гиппократ, 1995. – 128 с.
19. Захаров. А. И. Происхождение детских неврозов и психотерапия [Текст] / А. И. Захаров. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2000. – 448 с.
20. Зверева, О. Л., Ганичева, А. Н. Семейная педагогика и домашнее воспитание. – М. : Проспект, - 1999. – 308 с.
21. Зеньковский В. В. Психология детства [Текст] / В. В. Зеньковский. - М. : Изд-во Академия, 1995. – 343 с.
22. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Михайлов А. М. Волшебный источник. СПб.: Питер, 1996. – 116с.
23. Иванова Е. С. Роль игровых технологий в профилактике негативных эмоциональных состояний дошкольников // Социально-экономические явления и процессы. 2013, №12, с.206-210.
24. Ивасева О. В., Косенко Г. В. Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № S7. – С. 36–40.
25. Изард К.Э. Психология эмоций / Перев. с англ. – СПб: Издательство «Питер», 1999 – 464 с.
26. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства [Текст] / Е. П. Ильин. – СПб : Питер, 2001. – 752 с.
27. Имедадзе И.В. Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте / Психологические полследования - Тбилиси, изд-во: Мецнисреба, 1960 - с.54-57.
28. Капранова С. Путешествие с волшебной кисточкой. Ростов-на-Дону, 1997. – 66с.
29. Кемпински, А. Психопатология неврозов [Текст] / А. Кемпински. - Польское медицинское изд-во Варшава 1975. – 27 с.

30. Кирьянова О. Н. Причины возникновения высокого уровня тревожности у детей дошкольного возраста [Текст] // Психология в России и за рубежом: материалы Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, октябрь 2011 г.). — СПб.: Реноме, 2011. — С. 23-25.
31. Кобзарь М.А. Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста. Новокузнецкий городской округ, 2016.
32. Коломинский Я.Л., Панько Е.А., Игумнов С.А. Психическое развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция/ Под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько.- СПб.: Питер, 2004. — 480 с.
33. Колягина В.Г. Психология страхов дошкольников. Издательство «Прометей», 2016 – 5 с.
34. Копорулина, В. Н. Психологический словарь [Текст] / М. Н. Смирнова, Н. О. Гордеева; под ред. Ю. Л. Неймера. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 639 с.
35. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. – СПб., Изд-во «Речь», 2003. – 160 с.
36. Котова Е. О профилактике детской тревожности // Ребёнок в детском саду.- 2003.- №5 .- с.34
37. Кошелева А.Д. Проблема эмоционального мироощущения ребенка [Текст]/ А.Д.Кошелева //Психолог в детском саду.- 2000. -№ 2-3.- С.45-49.
38. Крайг Г. Психология развития. 7 изд. - СПб.:Питер, 2000 – 992 с.
39. Краткий психологический словарь / Сост. Л. А. Карпенко. Ред. А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М. : Политиздат, 1985. – 431 с.
40. Ле Шан Э. Когда ваш ребёнок сводит вас с ума. Пер. с англ. .- М.: Педагогика, 1990.- 272с.
41. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте: Учеб. пособие для студ. психол. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2003. – 144 с.

42. Левченко И.Ю. Психологическое изучение детей раннего, дошкольного и младшего школьного возраста. Монография. М.: «Альфа», 2008. – 137 с.
43. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции. М., 1971.
44. Лурия А. Р. Теория развития высших психических функций в советской психологии. Вопросы Философии. – М., 2003.
45. Мусина И. А. Взаимосвязь самостоятельности познавательной деятельности и тревожности личности. – М., 1993.
46. Мухина В.С. Психология дошкольника. – М.: «Просвещение», 1975. – С. 158–159.
47. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. Издательство «Речь», 2006.
48. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы [Текст]/Л.Ф. Обухова. – М.: Просвещение, 1995.- 294 с.
49. Овчарова, Р. В. Практическая психология. – М. : Сфера, 1996. – 337 с.
50. Огнева О.А. Особенности развития эмоционально – волевой сферы до-школьников, 2015.
51. Осипова А.А. Общая психокоррекция. - М.: Сфера, 2002 - 510 с.
52. Павлов И. П. Полное собрание сочинений / АН СССР. Изд. 2-е, доп. -М. : Изд-во АН СССР, 1951 – 1954.
53. Психология. Словарь [Текст]/под ред. А.В. Петровского. -М.: Просвещение, 1998.- 281 с.
54. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / Акад. пед. и соц. наук, Моск. пед.-соц. ин-т. — М.; Воронеж, 2000. — 304 с.
55. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст]/ С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер Ком. 1999. -720с.
56. Ситникова А.С. Детские страхи. [Электронный ресурс] /А.С. Ситникова – Режим доступа: <http://psytren.ru/list/110>

57. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2. М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 464 с.
58. Степанов С. С. Популярная психологическая энциклопедия [Текст] / С. С. Степанов. - М.: Изд-во Эскимо, 2005. – 672 с.
59. Ушакова О.С. Развитие речи дошкольников. — М.: Издательство Института Психотерапии, 2001. – 256 с.
60. Ушинский К.Д. Родное слово: книга для детей и родителей / К.Д. Ушинский. Новосибирск: Детская литература, 1999.
61. Швец Л.Ю. Швец Л. Ю. Внедрение модели формирования трудолюбия у детей младшего дошкольного возраста // Концепт, 2015. №S1, с.46-50.
62. Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога.- Ростов н/Д: Феникс, 2003.- 384с.

Приложение 1

Результаты первичной диагностики на основе методик «Страхи в домиках», А.И. Захарова, М.А. Панфиловой; «Выбери нужное лицо» Р.Тэммл, М. Дорки, В.Амен

№	Первичная диагностика Методики «Страхи в домиках», А.И. Захарова, М.А. Панфиловой; «Выбери нужное лицо» Р.Тэммл, М. Дорки, В.Амен
---	--

	Медицинские страхи	Страхи, связанные с причинением физического ущерба	Страх смерти	Боязнь животных	Страшные персонажи	Страх темноты и кошмарных снов	Социально-опосредованные страхи	Пространственные страхи	Индекс тревожности
1	0	2	0	1	0	2	3	0	1100
2	1	6	2	1	0	3	2	2	800
3	2	5	2	1	0	2	2	0	400
4	1	3	2	1	0	1	2	1	600
5	3	6	2	1	0	2	3	2	900
6	2	6	2	1	0	2	1	1	1000
7	1	4	2	1	0	3	2	2	900
8	2	1	1	0	1	1	2	1	500
9	2	3	0	0	1	3	4	1	1200
10	2	5	2	1	1	3	3	4	1000
11	2	6	2	1	0	2	3	1	400
12	2	5	2	1	0	1	2	1	700
13	3	5	2	1	0	3	2	1	800
14	1	5	1	1	0	1	3	3	700
15	4	7	2	1	0	3	1	4	600
16	1	3	1	0	1	1	1	0	900

Результаты первичной диагностики на основе методик «Страхи в домиках», А.И. Захарова, М.А. Панфиловой; «Выбери нужное лицо» Р.Тэммл, М. Дорки, В.Амен

Итоговая диагностика

Методики «Страхи в домиках», А.И. Захарова, М.А. Панфиловой; «Выбери нужное лицо» Р.Тэммл, М. Дорки, В.Амен

Медицинские страхи	Страхи, связанные с причинением физического ущерба	Страх смерти	Боязнь животных	Сказочные персонажи	Страхи темноты и страшных снов	Социально-опосредованные страхи	Пространственные страхи	Индекс тревожности
1	2	0	1	0	2	2	0	900
1	5	2	1	0	2	2	2	700
1	5	1	1	0	2	2	0	400
1	3	1	1	0	1	2	1	600
3	5	2	1	0	2	3	1	700
3	5	2	1	0	1	0	1	1000
1	2	2	1	0	1	2	2	700
2	1	1	0	1	0	2	1	400
2	3	0	0	0	3	2	1	700
2	5	2	1	1	3	3	4	1000
2	6	2	1	0	2	3	1	400
2	5	2	1	0	1	2	1	600
3	5	2	1	0	2	2	1	800
1	5	1	1	0	1	2	3	700
4	5	2	0	0	1	0	4	600
1	3	1	0	1	1	1	0	600

Приложение 2

Описание занятий, входящих в коррекционную программу

Занятие 1. «Влияние страха».

1. Приветствие.

Упражнение «Сон»

«Прежде чем начинается наш день, мы с вами сладко и крепко спим в своих мягких, теплых, удобных кроватках. Нам снится прекрасный, светлый, добрый сон. Мы стоим на солнечной полянке, а теплый ветер летит нам в

лицо, радуясь наступлению нового дня. И вот тебе на ладошку садится бабочка. Посмотри, какие у нее красивые крылья. Ты любишь ее, такой маленькой, но такой прекрасной. Повсюду ощущается аромат твоих любимых цветов, растущих вокруг полянки. Ты шуришься от солнца, вдыхаешь аромат леса, играешь с бабочкой... и вот пришла пора просыпаться».

Дети открывают глаза.

2. Вводная беседа.

Как страх влияет на человека? Какое настроение у человека, который боится?

Упражнение "Незаконченные предложения"

Детям предлагается предложения, которые нужно закончить.

"Я люблю...", "Меня любят...", "Я не боюсь...", "Я верю..." "В меня верят...", "Обо мне заботятся..."

3. Основная часть.

Упражнение «Волшебные зеркала»

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, волшебных: в первом - маленьким и испуганным; во-втором – большим и весёлым; в третьем - не боящимся ничего и сильным.

После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Волшебные очки».

Детям предлагается «надеть волшебные очки».

«Сегодня мы будем поочерёдно надевать волшебные очки. А волшебные они потому, что позволяют увидеть самое лучшее, что есть в каждом из нас, даже то, чего мы обычно не замечаем. Представьте, что вы внимательно смотрите

сквозь волшебные очки на всех присутствующих, и постарайтесь увидеть как можно больше хорошего в каждом».

Дети должны рассказать о тех качествах, которые они заметили в других после того как «надели» волшебные очки.

Занятие 2. «Преграды на пути».

1. Приветствие.

Упражнение «Волшебный стул».

Каждый из детей садится в центр на «волшебный» стул, остальные говорят ему ласковые слова, комплименты. Можно погладить сидящего, обнять.

2. Вводная беседа.

Счастливый человек – какой он? Что может помешать быть счастливым?
Слабый человек – какой он? Может слабый быть счастливым?

3. Основная часть.

«Нарисуй вещи, противоположные друг другу: слабый —
сильный; счастливый — несчастный».

Обсуждение: Кто из этих людей имеет страхи? Чего они боятся? Как могут помочь друг другу? На кого из четырех людей похож ты? Чем?

4. Рефлексия.

Упражнение «Пирамида настроения».

Дети сидят в кругу. Им предлагается построить «пирамидку нашего настроения» из наших с вами рук. Я назову свое настроение и положу свою руку, затем каждый из вас будет называть то, что он чувствует, и класть поверх моей руку. (Дети выстраивают пирамиду.) Вы чувствуете тепло рук? Вам приятно? Посмотрите, какая высокая у нас получилась пирамида, а всё потому, что мы умеем чувствовать.

5. Прощание.

Упражнение «Чаша силы».

Психолог: «Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку. Мысленно наполните ее до краев своей храбростью и силой. Представьте рядом другую чужую чашку, она пустая. Отлейте в нее из

своей чашки смелости. Рядом еще одна пустая чашка, еще и еще. Отливайте из своей чашки храбрость и силу в пустые. Не жалейте! А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая, полная? Добавьте в нее своей силы. Вы можете делиться своей храбростью с другими, но ваша чашка всегда будет оставаться полной. Откройте глаза. Теперь вы уверены в том, что у вас есть такая чашка смелости и храбрости! »

Занятие 3. «Страшные сны».

1. Приветствие.

Упражнение «Снеговик».

Дети стоят в позе снеговиков, напрягая все мышцы тела, как будто они скованы морозом. Ведущий говорит: «Пришла весна, и солнышко стало пригревать снеговиков, они стали понемногу таять: руки, голова, плечи, ноги (дети медленно опускаются на стульчики). Снеговики превратились в лужи (дети растягиваются по стулу). Солнце пригревало лужицы, и вода из них стала испаряться и подниматься в небо. Лужицы превратились в облака, и ветер погнал их по небу (дети встают, поднимают руки вверх и плавно двигают ими)».

Цикл может проигрываться 2–3 раза под медленную музыку.

2. Введение в тему занятия.

Упражнение «Закончи предложение»

Детям предлагается закончить предложение:

Взрослые обычно боятся....; дети обычно боятся....; мамы обычно боятся....; папы обычно боятся....

Вводная беседа. Что такое сон. Какие сны бывают. Кому они снятся. Интересные, страшные сны друг друга.

3. Нарисованный сон.

Дети рисуют свой сон, прорисовывая положительное его окончание. После завершения происходит обсуждение каждого рисунка.

4. Рефлексия.

Упражнение «На что похоже моё настроение?»

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже их настроение. Начинает психолог: "Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».

5. Прощание.

Упражнение «Угадай по голосу»

Один из игроков выходит за двери и смеётся, остальные должны обнаружить, кто вышел из комнаты, и назвать его положительное качество.

Занятие 4. «Мир животных».

1. Приветствие.

Упражнение «Солнечный зайчик»

«Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот — погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним. Отлично! Мы подружились с Солнечным зайчиком, глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу».

Дети повторяют движения за педагогом согласно тексту.

2. Вводная беседа.

Животные – какие они бывают, для чего они существуют, чем опасны и чем полезны.

3. Основная часть.

Упражнение "На лесной полянке"

Психолог предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем полянку. На неё со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители – всевозможные животные и насекомые.

Звучит музыка, дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания, соответственно каждому персонажу.

Упражнение "Страшная сказка по кругу"

Дети и взрослый сочиняют вместе страшную сказку. Они говорят по очереди, по 1-2 предложения каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного, чтобы это страшное превратилось в смешное.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

Занятие 5. «Страшные персонажи».

1. Приветствие.

Игра «Ветер дует на...»

Со словами «Ветер дует на...» взрослый начинает игру. Чтобы все участники игры больше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» - все светловолосые собираются в одну кучку. «Ветер дует на того, у кого есть сестра... брат... кто больше всего любит сладкое... и т. д. ».

Ведущего необходимо менять, давая возможность поспрашивать участников каждому.

2. Вводная беседа.

Любимые сказки и мультфильмы. Могут ли быть страшные герои в любимых сказках?

3. Основная часть.

Упражнение "Азбука страхов"

Детям предлагается нарисовать различных, страшных героев на отдельных листах и дать им имена. Далее дети рассказывают о том, что нарисовали. Далее каждому ребёнку предлагается превратить страшных героев в смешных, дорисовав их.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Возьми и передай»

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

Занятие 6. «На помощь к темноте».

1. Приветствие.

Упражнение «Импульс добра»

По кругу запускается импульс добра, помощи, дружбы – рукопожатие. Когда рукопожатие возвращается к психологу, тот говорит о том, что теперь занятие пройдет успешно.

2. Вводная беседа.

Беседа направлена на то, чтобы изменить отношение детей к темноте (которая выступает символом пустоты, одиночества, чего-то мистического) таким образом, чтобы чувство страха заменить на чувство сострадания и жалости к ней. Тем самым, ребенок, меняя свое отношение к ней, меньше испытывает страх.

3. Основная часть.

Дети изображают то, как бы они помогли темноте, избавляют ее от одиночества.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Подарок другу».

Один ребёнок становится «именинником», остальные дарят ему «подарки», передавая движениями и мимикой то, что хотят подарить.

Занятие 7. «Лабиринт страхов».

1. Приветствие.

Упражнение «Ласковое имя».

«Вспомните, как вас ласково зовут дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадёт, называет одно или несколько своих ласковых имён».

2. Введение в тему занятия.

Упражнение «Добрые волшебники»

Дети садятся в круг, а взрослый рассказывает им сказку: «В одной стране жил злой волшебник – грубиян. Он мог заколдовать любого ребёнка, назвав его нехорошим словом. И все, кого он называл грубыми словами, переставали смеяться и не могли быть добрыми. Расколдовать такого несчастного ребёнка можно только добрыми, ласковыми именами. Давайте посмотрим, есть ли у нас такие заколдованные дети». Взрослый выбирает «заколдованных» и просит других помочь им: «А кто сможет стать добрым волшебником и расколдовать их, называя ласковым именем? »

3. Рисование страхов в лабиринте.

«Сегодня я хочу предложить вам устроить веселый и шумный лабиринт, где живут разные страхи, но они будут смешные и совсем не страшные. Давайте каждый «заселит» лабиринт своими страхами, но пускай они будут нелепыми и смешными».

Далее дети говорят от лица своего страха, меняя свой голос. Происходит вербализация страха. Управляли своим страхом, они видят, что страхи становятся менее страшными, смешными и жалкими.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Ласковый мелок»

Дети разбиваются на пары. По очереди рисуют на спине друг другу различные предметы. Тот, кому рисуют должен угадать, что нарисовано. Анализируем чувства и ощущения.

Занятие 8. «Смешное в страхах».

1. Приветствие.

Упражнение «Передай улыбку по кругу».

Сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую, какая есть, улыбку по очереди.

2. Вводная беседа.

Упражнение "За что меня любит мама...папа ... и т. д."

Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

3. Основная часть.

Упражнение "Happy end"

Психолог читает ребятам начало детской страшной сказки. Необходимо придумать смешное продолжение и окончание.

Игра «Море волнуется».

Дети бегают по залу, изображая руками движения волн.

Психолог говорит:

- Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, пугающий страх - замри!

Дети должны остановиться и удерживать позу, изображающую какой-либо страх - после того, как прозвучала команда «Замри».

Психолог ходит по залу, рассматривает «пугающие страхи», хвалит каждого ребенка за необычность или красоту фигуры, за неподвижность, схожесть и т. д.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Угадай по голосу»

Один из игроков выходит за двери и смеётся, остальные должны обнаружить, кто вышел из комнаты, и назвать его положительное качество.

Занятие 9. «Защита от страха».

1. Приветствие.

Упражнение «Эстафета дружбы».

Необходимо взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает психолог: «Я передам вам свою дружбу, и она идёт от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет нас всё занятие».

2. Вводная беседа.

Что такое страх? Страх – хороший или плохой? Как с ним справляться?

3. Основная часть.

Маска от страха.

Дети создают свою маску, защищающую их от имеющего страха. После завершения происходит обсуждение каждой маски и способов защиты от каждого из страхов.

Упражнение "Превращения"

Психолог предлагает детям:

нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек; позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч; испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда; улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Возьми и передай»

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

Занятие 10. «Я смелый».

1. Приветствие.

Упражнение «Комплимент»

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо за что-то его похвалить. Упражнение проводится по кругу.

2. Вводная беседа.

Сильный человек – какой он, что умеет? Что сильнее – страх или человек?

Игра "Принц и принцесса"

Дети стоят по кругу. В центр ставится стул – это трон. Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребёнок садится по желанию на трон. Остальные оказывают ему знаки внимания, говорят что-то хорошее.

3. Основная часть.

Упражнение "Неопределённые фигуры"

Психолог на доске рисует различные фигуры, ребята предполагают, на какие страшные существа они похожи. Далее дети по очереди рядом дорисовывают то, что смогло бы победить страшное существо.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

Занятие 11. «Я не боюсь».

1. Приветствие.

Упражнение «Царевна Несмеяна».

Психолог рассказывает сказку про Царевну Несмеяну и предлагает поиграть в такую же игру. Кто-то из детей будет царевной, которая всё время грустит и плачет, а остальные будут по очереди подходить к ней и стараться её рассмешить. Царевна же изо всех сил старается не засмеяться. Выигрывает тот, кто сумеет всё-таки вызывать её улыбку или смех.

2. Вводная беседа.

Упражнение "Не боюсь"

Дети по кругу передают мяч. Получивший должен назвать тот или иной страх, произнося при этом громко и уверенно "Я..... этого не боюсь!"

3. Основная часть.

Рисование на тему "Чего я боялся, когда был маленьким..."

Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

Упражнение "Чужие рисунки"

Детям по очереди показывают рисунки страхов, только что нарисованных, все вместе придумывают, чего боялись эти дети и как им можно помочь.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Подари улыбку» .

Дети смотрят друг на друга и улыбаются друг другу по кругу.

Занятие 12. «Я могу».

1. Приветствие.

Упражнение «Зеркало».

Из группы детей выбирается водящий. Представляется, что он пришёл в магазин, где много зеркал. Водящий встаёт в круг, а дети полукругом. Водящий показывает движения, а зеркала повторяют.

2. Вводная беседа.

Упражнение "За что меня любит мама...папа ... и т. д."

Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

3. Основная часть.

Рисование «Я смелый»

Дети рисуют себя смелыми в тот момент, когда например, помогали кому-либо, либо совершали что-либо (в зависимости от поступка). Далее идет рисование на заданную тему. После чего происходит обсуждение.

4. Рефлексия.

Упражнение «Моё настроение»

Детям предлагается изобразить свое настроение и подарить его одному из ребят либо оставить себе.

5. Прощание.

Упражнение «Передача чувств».

Ребёнку даётся задание передать «по цепочке» определённое чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Когда дети передали его по кругу, можно обсудить, какое именно настроение было загадано и совпадает ли оно с их состоянием на данный момент.

